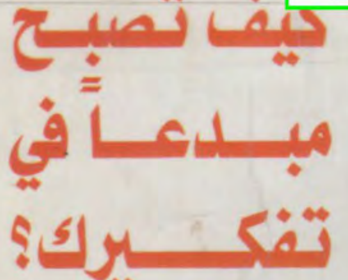


دليلك الى تطوير شخصيتك

الشخصية المبدعة





هاني السليمان

دار الإسراء


منتدى إقرأ الثقافي
للكتب (كوردى - عربي - فارسي)
www.iqra.ahlamontada.com

الشخصية المبدعة

الإبداع
طريقك لقيادة المستقبل

المؤلف
هاني السليمان

الطبعة الاولى: ٢٠٠٣
رقم الإيداع لدى المكتبة الوطنية:
(٢٠٠٣/٩/١٩٨٦)

رقم التصنيف :١٥٥,٢٣
المؤلف وهو في حكمه : هاني السليمان
عنوان الكتاب: الشخصية المبدعة

الموضوع الرئيسي: ١-الشخصية/اضطرابات الشخصية
الإبداع/علم النفس الفردي/ السلوك.

رقم الإيداع: ٢٠٠٣/٩/١٩٨٦

* تم إعداد بيانات الفهرسة الأولية من قبل المكتبة الوطنية.

دار الإسراء للنشر والتوزيع
عمان - الأردن
جبل عمان - ت ٤٦١٤٥٩١
العبدلي ت-٤٦٢٠٧١١ ص.ب-١٨٢٤٤١
E-mail:Esraa_Jordan@hotmail.com

مقدمة:

الإبداع: هو ابتداء الشيء أو صنعه أو استنباطه لا عن مثال سابق وفي ذلك قولنا عن شخص أنه أبدع شيئاً, قولاً أو فعلاً, إذاً ابتداه لا من سابق مثال, وبهذا المعنى نفسه يوصف الله تعالى بأنه (بديع السماوات والأرض).

ويتمثل الابتداء الإبداعي إما في تكوين أو وجود جديد, أو إحداث أو وجود زماني, أو كل منهما مترتب على الخلق.

ونظراً لأنه لا يتصور في قدرة الإنسان الإبداع من عدم, فقد اتفق معظم المفكرين على أن الإبداع هو إنتاج شيء ما على أن يكون جديداً في صياغته وإن كانت عناصره موجودة من قبل, كإبداع عمل من الأعمال العلمية أو الفنية أو الأدبية.

وفي علم النفس: هو القدرة على ابتكار حلول جديدة يتقلبها المجتمع لمشكلة قائمة. وهناك تعريف شامل للدكتور علي الحمادي حيث عرف الإبداع بقوله: "هو مزيج من الخيال العلمي المرن لتطوير

فكرة قديمة, أو لإيجاد فكرة جديدة, مهما كانت الفكرة صغيرة, ينتج عنها إنتاج متميز غير مألوف يمكن تطبيقه واستعماله" وبنظري هذا هو التعريف الشامل والوافي للإبداع.

إذاً الإبداع هو إنتاج أفكار جديدة خارجة عن المألوف, على شرط أن تكون أفكار مفيدة, وقد يكون الإبداع في مجال يجلب الدمار والطرد وهذا لا يسمى إبداع بل تخريب.

ولو قلنا أن موظفاً ابتكر طريقة جديدة لتخفيض التكاليف أو لتعزيز الإنتاجية أو لمنتج جديد, أو أن شخصاً وضع حلولاً مبتكرة لبعض المشاكل التي تواجهه, فتعتبر هذه الحلول والأفكار من الإبداع.

وأخيراً في هذا الكتاب نحاول التسليط على بعض الأفكار التي يمكن من خلالها الوصول إلى حالة من حالات الإبداع وخاصة في مجال العلاقات الإنسانية والإدارية.

المؤلف

هاني السليمان.

من هو المبدع؟

يظن بعض الناس أن الإنسان المبدع ولد هكذا مبدعاً, وهو مفهوم غير صحيح, وللاختصار أقول كل شخص يستطيع أن يبدع ويبتكر إلا ن يأبى ذلك!

أي أن الإبداع لا يقتصر على فئة دون أخرى فالجميع يستطيعون أن يكونوا مبدعين إذا رغبوا بذلك.

ومثال ذلك:

كان أحد رجال الأعمال يقف في طابور طويل في إحدى المطارات لاحظ الرجل أن أغلفة تذاكر السفر بيضاء خالية, ففكر في طباعة إعلانات هذه الأغلفة وتوزيع هذه الأغلفة مجاناً على شركات الطيران, وافقت شركات الطيران على هذا العرض, وخاصة إنه كان مجاناً, وقد تعاون مع رجل الإعمال مدير إحدى المطابع وتم المشروع, والنتيجة كانت مذهلة حيث الأرباح بملايين دولارات.

إذن الفكرة الإبداعية وإن كانت صغيرة, لكنها كانت جديدة ولم يفكر فيمن قبل, وصار لهذا الرجل زبائن من الشركات الكبرى في الولايات المتحدة.

وهكذا نلاحظ أن الإبداع هو إيجاد الحلول لمشاكل أو الاستفادة في شيء موجود لإيجاد شيء غير موجود. ولتحسين علاقة ما أو للتعامل مع الآخرين.

ملامح الشخصية الإبداعية:

الإبداع سلوك إنساني خلاق يكمن في داخل كل فرد, يتفتق في حالات تحفيز المدارك واستثارة الأحاسيس في وسائل عديدة, ليوجدوا أفراداً متميزين لديهم ملكة الحضور الدائم والحيوي للعقل الباطن, وباستطاعتهم الحصول على أنسب الحلول وأفضلها من مجموعة خيارات مطروحة أو استباط مجموعة رؤى وتطورات مبتكرة لمسألة ختمت على أنها مستعصية.

لذا يعد الإبداع موهبة كامنة في كل إنسان كبقية المواهب المستترة, تحتاج إلى إثارة وصقل وممارسة نوعية دائبة كي تكون ملكة حاضرة عن كل ملمة وإنتاج جديد.

غير أن هناك بعض الأفراد تظهر قابليتهم وقدراتهم الإبداعية من خلال مواقف طارئة أو ظروف حرجة, وهؤلاء عليهم التوجه إلى أنفسهم أكثر والعناية بقابلياتهم, وتغير نمط سلوكهم بما يتلاءم والصفات التي يحملونها ومن جملتها:

والحالة هذه جهد خارق وعمل جبار يحتاج آليات معرفية وفنية راقيـــة وأسس تنموية استثنائية تختلف عن كل ما سمعناه وشاهدناه في أعمــال أخرى ومن جملتها:

عدم الاعتماد الحلول الجاهزة

يعتمد الأفراد غالباً عند مواجهة أي طارئ أو بحث أية مســألة مستجدة على مخزون ذاكرتهم من نظريات وحلول مماثلة أو مشــابهة لما يحدث لهم, ونقل التجربة.

أو بتعبير آخر رفض الحلول الجاهزة والمألوفة, واتخاذ ســلوك جديد يتوافق مع الهدف المنشود, ومن يطلق استجابات غــير مألوفــة لمنبهات غير مألوفة لا يمكن أن يطلق عليها استجابة أصليــة, لأنــها طلقات إنتاجية هادرة غير مواجهة.

التأني في حسم الموقف

ولا شك أن السرعة مطلوبة في كثير من القضايا, ولكن على حســاب الجودة والنوعية أو الإحاطة والإلمام بجوانب الموضــوع المختلفــة, فالبعض من الناس بحجة ضيق الوقت والإسراع في إنجــاز المهمــة والبرنامج يتوقف عند حدود معينة ويكتفي بما حصل عليه من نتــائج متواضعة أو جريئة في حين يتطلب الموقف ضغطاً أكبر على العقــل لإخراج كل ما لديه من إبداعات مع مراعاة عنصــر الزمــن, طبعــاً للطوارئ أحكام واكتشاف أرقى الرؤى واتضح الحلول

زرع الثقة بالنفس

الحياة والتجارب قد تصيب حيناً وتخطئ حيناً آخر, (وفي تجارب علم مستأنف) والعاقل من اتعظ من هفواته وأخطأه ونهض مسرعاً لتقديم المزيد من النتاجات للوصول للهدف المنشود, ودون أن يعيق توقفه عمليات نمو تفكيره الإبداعي, وينقل عن الكاتب البريطاني شكسبير أن لم يصل قمة المجد والشهرة إلا بعد نكسات غير عادية مر بها في مشواره الأدبي, وربما غطت آلف رفض لنتاجاته الأدبية من قبل الصحف البريطانية, وبمواصلة الطرق المتواصل للعقل استطاع أن يقدم أعمالاً إبداعية فريدة خلدت اسمه إلى اليوم.

ثم إن الفشل في جانب معين لا يعني بأي صورة عدم طرق الجوانب الأخرى فالإنسان لم يخلق ليبدع في هذا الجانب دون ذاك, وإنما عليه بذل الجهود وزرع الثقة بنفسه بالرغم من الإنتكاسات في حياته للوصول إلى الحالة التي تفتق عقله وترفع مستوى تفكيره.

رفع المستوى الثقافي والعلمي

العقل يحتاج إلى إمداد ثقافي وعلمي رفيع وغير منقطع حتى يتمكن من طرق الجديد وفتح نوافذ غير معروفة أما الجمود مع المخزون الماضي وقطع التواصل مع العلوم المستجدة يضيق عمليات

تحرك العقل وتنقل محاولات انطلاقه في آفاق الدنيا الواسعة, وخطـلب الحق تعالى إلى نبيه صلى الله عليه وسلم أكبر دليل (وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْماً) (طـه: من الآية١١٤) صدق الله العظيم, وهذا يشير إلى مسألة استمرارية طلب العلم والتواصل مع الثقافات الأخرى.

وهذا يعني بالضرورة أن تجعل هناك وقت لقراءة الكتب غير المعنية بتخصصك المهني وبعض الكتب في العلوم الإنسانية والتي يشكل قراءتها حصيلة ثقافية لديك يساعدك على رفع المستوى الثقافي والعلمي لديك مما يحفزك على الإبداع في عملك وسلوكياتك.

الانفتاح على الآخر

فإنه لا بد للابتكار والإبداع من أجواء حرة يسودها احترام الآراء والمواقف وإن كانت تخالفنا.

والحنكة والخلاقية تتجلى في سلوكنا أكثر إذا تمكننا من ترويضها واقناعها على التعاون والتنسيق, فالحوار هو الذي يوصل إلى الأفضل والمفيد.

فالاختلاف سنة الحياة, والانفتاح على الآخر المختلف حالة حضارية أو ثقافية تفرضها آليات الإبداع, لأن وجود الآخر مفروغ

منه, ومعرفته تتطلب جهداً غير بسيط لرفع المسبقات الفكرية عنه وعن فكره وقراءته قراءة منطقية مجردة عن كل التأثيرات.

وسواء كنا في حوار أو مواجهة مع الآخر ينبغي لنا أن نكون على دراية تامة واطلاع دقيق بما يفكر ويخطط ويعمل حتى نكون بمستوى الحوار والمواجهة, أما التمحور على الذات وتحريم القرب من الآخر وما يتعلق ويتصل به لا يمكن أن يعطي نتائج طيبة أو حقيقية والحكم على الشيء قبل معرفته خطأ قاتل.

ثم إن مسألة رفض الآخر أو قبوله لا تخضع لقواعد ثابتة أو محددات علمية واضحة, ولو تركت للبعض لعممها على كل من خالفه الرأي قريباً كان أو بعيداً صديقاً أو عدواً, وحسمها بالانفتاح عليه يقطع تدخلات الأهواء والمصالح.

البرنامج المفتوح للسلوك

من المسلم به علمياً أن نمط العادات والتقاليد له تأثيراً سلبي كبير على مستوى التفكير العقلي, وبالتالي على نوعية الإنتاج الإبداعي المنبثقة من هذا التفكير, فالرتابة المحملة والجمود النمطي يمنع الفرد من قبول غير المألوف ويعتبره خروجاً عن العادة والتقاليد المعروفة.

والبرنامج المفتوح الذي يعتمد على سلوك غير متعارف في طرق التفكير والعمل (مكانا وزمانا) يقدم رؤى وتصورات غير مطروقة للفرد ويطلقه في رحاب عالم وسيع.

كن مبدعاً باستغلال الوقت واحترامه

اغلب الناجحين والمبدعين أولئك الذين عرضوا كيف ينظمون أوقاتهم ويستغلون الزمن الضائع في تنمية مهاراتهم واستنهاض عقولهم, فالوقت عنصر هام في صناعة النهضة الفردية والاجتماعية والمستقبل لمن استغل الوقت وبرمجه في عمليات التحول والانتقال من مرحلة إلى مرحلة, ودون ذلك ضياع وانقراض.

ومن وجهة نظر (لستر بيتل) هناك ١٢ أساس للسيطرة على الوقت كما يلي:

١.ملاحظة كيف تقضي وقتك كما يلي:

-تحليل الأنشطة

-تدوين الأنشطة في سجل يومي

-دراسة عينات من الوقت ومعرفة كيف تستغلها.

٢.ملاحظة كيف تغطي وقتك في المجالات كافة:

-هل تقضي وقتك في أنشطة مفيدة كقراءة الكتب وإنجاز ما تبقى عليك من العمل؟

-هل تهدر كل وقتك في أنشطة غير منتجة؟

٣.تخفيض وقت الالتزامات

-تجنب القيام بأنشطة تفوق طاقتك

-قصر الأنشطة على الأهداف والبرنامج اليومي.

٤.تحديد الأنشطة التي يجب إنجازها فوراً على تلك التي يمكن تأجيلها:

-ليس ضرورياً عمل كل شيء هذا اليوم

-يمكن تأجيل عمل الأنشطة قليلة الاهمية

٥.تخفيض الأنشطة التي تهدر الوقت

-معظم المشكلات التي تواجهنا من صنع أيدينا

-ضرورة تميز الأنشطة التي تهدر الوقت

٦.احذر التهاون في تصرفات المواقف التي تهدر وقتك.

-تجنب التهاون في المواقف التي تهدر وقتك

-تجنب التسامح مع الذين يهدرون وقتك الخاص بأمور غير مفيدة.

٧.ضرورة تحديد المعلومات بسرعة:

-اعد نظامك المعلوماتي الشخصي

-اكبح تدفق العمل الكتابي على مكتبك.

٨. ضع خطة للسيطرة على الوقت

-تلاءم الخطة عملك وشخصيتك.

-أعد جدولاً يومياً وكشف للتدقيق وميزانية هدر الوقت.

٩.تخلى عن عادة المماطلة والتسويف والتأجيل

-تعرف على أسباب المماطلة والتأجيل

-واجه التأجيل بقوة وثبات

١٠.استخدم أوقات الآخرين لخدمتك

-اطلب مساعدة الآخرين بإنجاز جزء من مهامك الكثيرة.

-الجأ إلى مبادئ تقويض الصلاحية بشكل سليم.

١١-كن مبدعاً باستخدام الوقت

-اكتشف الأوقات التي قضيتها في مهام غير فعالة.

-ضع لنفسك أفكار جديدة بشأن استخدام الوقت.

١٢- استخدم وقتك ببراعة وليس بمشقة

-توفر لك تكنولوجيا المعلومات كل ما يعينك وتخفض التعب عنك.

-تعلم القراءة السريعة وحافظ على المواعيد وحسن الإنتاجية.

-استخدم الوقت استخداماً فعالاً ولا سيما في الأعمال الكبرى

وأخيراً لا شك أن أعداد الاستراتيجية للوقت تؤدي إلى الإبداع وخلـــق شخصية مبدعة وهو يعني تقسيم الوقت إلى جـــامد ومـــرن فـــالأول كتوقيت الوظيفة الحكومية, أما الوقت المرن فهو يســـتغل لأغـــراض أخرى وكل من هذين الوقتين يخضعان لهذه الإستراتيجية.

أوجد ملكه الإبداع في نفسك

فإن طرق حل المشاكل لا تحـــدد فـــي خـــط معيـــن, كمـــا أن استنتاجات الإنسان لأية مسألة لا تتوقف على شكل خاص أو ثـــابت, فكلما عود الإنسان على أعمال عقله ورفع درجات توقد ذهنه وتفتقـــت لديه إبداعات لم يتوقعها أحيانا.

لذا على الفرد أن لا يرضى بما وصل وحصل عليه العقل, وإنمـــا عليه في كل المسائل أن يضغط على عقله للحصول على أكبر قدر من النتاجات غير المسبوقة.

وبتكرار هذه العملية تتكون لدى الإنسان ملكة الإبداع الحاضرة في كل زمان ومكان.

مواجهة التحديات:

إن ظروف الطبيعة والعادية لا تخلق رجالاً مبدعين ولا تصنـــع عقولاً مفكرة وإنما التحديات الكبرى والمواجهات الشرسة هـــي التـــي

تصقل المواهب وتنمي الإبداع وتطلقه في آفاقها الواسعة, أما الانسحاب من المواجهة والاستجابة للتحديات أو مسايرتها ما هو إلا هروب من الواقع واستخفاف بالعقل البشري بما رفض الواقع ومقاومة الضغوطات والصبر عليها ومعالجتها بتأني وحكمة يكفل التغلب عليها وإيجاد أكثر من مخرج للخلاص منها فعند الامتحان يكرم المرء أو يهان.

ناقش ثم ناقش

تعود الفرد في مجتمعاتنا على تلقي التعليمات والحلول الجاهزة وطاعتها وتنفيذها دون زيادة أو نقصان. لأنه تعود المحاسبة والمعاقبة على أي تصرف في الفكرة ولو كان إيجابياً. لذلك تشاهد أغلب نتاجاتنا تكرارية خاوية من الإبداع والخلاقة, والسر في ذلك إننا ننفذ ولا نناقش في كل شيء ولا نرى في أن المخول إلينا مسؤولية علينا تفحصها ومناقشتها قبل التنفيذ وليحصل ما يحصل.

ولو استدام كل فرد على عدم تقبل -الأمر غير المقنع- إلا بعد قناعة تامة به لرأيت الإثراء والإبداع سيطرأ على جميع مناحي الحيلة وتشعباتها.

تعلم أن تسأل:

وهنا يهمنا ما يجب أن يفعله الناس لكي يكونوا قادرين على أن يسوسوا الآخرين وأنفسهم بشكل أفضل, إلا أنه يحسن بنا عند السؤال أن نركز عقولنا على الأسلوب الذي ننطق به السؤال من خلال:

١- لا تقحم نفسك في أمور شخصية

٢- لا تسأل أسئلة لها صفة الاستنطاق أو الاتهام أو المناقشة الشديدة.

٣- لا تسأل أسئلتك بطريقة عدائية, بل اجتهد في أن تكون ضرباً من المحادثة الودية.

٤- لا تتوسل بأسئلتك إلى التباهي والظهور, بل اسأل اسئلة تساعد محدثك على أن يأخذ الزهو والغرور.

٥- اسأل الناس آراءهم, تزدهم ثقة بأنفسهم.

٦- اطلب إليهم أن يؤدوا لك خدمات صغيرة, تثر فيهم نزوعهم إلى التعاون

أيقظ في نفسك الشوق والرغبة فلست آلة من حديد؟

١- دع الناس يعرفون أنك مهتم بهم بأن تنظر إليهم في وجوههم, وأن تتحدث إليهم مباشرة

٢- استمع لهم عندما يتحدثون إليك.

٣- لا تحاول أن تبقي النظر في محدثك بحيث تجبره على أن يغض من طرفه.

٤- لا تقترب من محدثك كثيراً, فإن مسافة قدمين اثنتين قريبة لبعض الناس وقريبة جداً لأناس آخرين, وعلى كل فإن مسافة ذراع واحد حل وسط.

ازرع الاحترام في نفوس الآخرين!

ساعد الآخرين دائماً على أن يزدادوا احتراماً لأنفسهم كثيراً ما يميل الناس في هذا العالم إلى أن يفعلوا أشياء كثيرة تافهة تعينهم على التغلب على المزاحمة بينهم والآخرين وتساعدهم على الظهور, وكل شيء يزعزع اعتبارهم الذاتي ويوهنه يسبب لهم الأشياء والحقد والكراهية مهما كان تافهاً.

أما أولئك الذين يملكون ناحية الزعامة الشخصية والإبداع الشخصي الحقيقي فيسيطرون دائماً على ميولهم للظهور على الآخرين, فهم يعملون جاهدين على أن يرفعوا في الناس احترامهم لأنفسهم, ويحرصون على أن لا يعطلوا ظنهم الحسن فيها, فهم يضحكون لنكات قد سمعوها من قبل, ويصغون للاقتراحات المقدمة إليهم ولو كانوا هم أنفسهم قد سبق لهم التفكير فيها, ولا يقولون: "لقد سبق لي أن عرفت هذا". فمن سمات الشخصية المبدعة احترام الآخرين وزرع الاحترام في أنفسهم.

كن مفاوضا مبدعا

هناك خمس مبادئ أساسية لتكون مفاوضاً مبدعاً سواء أكنت تتفاوض مع رئيسك, أم مع ابنك المراهق. وباختصار فإن الخطوات الخمس للإخراق هي:

١-اذهب إلى الشرفة:

أول خطوة ليست هي أن تسيطر على تصرفات الآخرين, بل على تصرفاتك أنت ذاتك, فعندما يرفض الطرف الآخر, أو يشن هجومه عليك فقد تندفع في الهجوم المضاد أو تلجأ للإستسلام, ولكن المطلوب منك هنا أن تسيطر على رد فعلك, عن طريق تحديد اللعبة التي يلعبها معك الآخرون في عملية التفاوض, ثم اشتر لنفسك الوقت للتفكير في مصالحك وأفضل بدائلك للتفاوض, وطوال المفاوضات لا تتوقف لحظة عن التفكير في الجائزة التي ستحصل عليها في حالة نجاحك, وبدلاً من الغضب ركز على حصولك على ما تريد ولا تنفعل, اذهب إلى الشرفة. أي ابتعد قليلاً عن جو المشاحنة بالخروج قليلاً من مكان الاجتماع لمدة خمس دقائق ثم العودة لاستكمال التفاوض

٢-اخطو إلى جانبهم:

قبل أن تتفاوض عليك أن تخلق المناخ المناسب بأن تتغلب على غضب وخوف وعداوة وشكوى الآخرين, وهم يتوقعون منك الهجوم أو المقاومة فافعل العكس تماماً.

استمع إليهم واعترف بسلامة منطقهم واتفق معهم كلما كان ذلك ممكناً اعترف أيضاً بسلطتهم ومهاراتهم, لا تجادل اخطوا إلى جانبهم.

٣-أعد الصياغة:

التحدي التالي أمامك هو في آن تغير اللعبة, وقد تشعر بالرغبة في المقاومة والرفض عندما يبدي الطرف الآخر ؟؟ , ولكن ذلك لن يؤدي إلى مزيد من التشدد. فبدلاً من ذلك وجه انتباههم للتحدي الأكبر أمامكما سوياً, وهو إرضاء مصالح الطرفين. عليك أن تقبل أي شيء يقولونه, ثم تعيد صياغته كمحاولة للتعامل مع المشكلة. اطرح بعض الأسئلة التي تؤدي لحل المشكلة, مثل: "لما تريد ذلك؟" أو "ماذا كنت ستفعل لو أنك مكاني؟", أو "ماذا لو...؟" وبدلاً من أن تحاول أن تعلم الآخرين بنفسك دعهم يتعلمون من المشكلة أعد صياغة خططهم بالالتفاف حول مواقفهم المتحجرة, والتغلب على هجومهم وكشف حيلهم, لا ترفض! أعد الصياغ

٤-ابن لهم جسراً ذهبياً:

أخيراً أنت الآن مستعد للتفاوض ولكن قد يستمر الطرف الآخر في المقاومة لعدم اقتناعه تماماً بفوائد الاتفاق معك. وقد تشعر هنا بالرغبة في محاولة الضغط والتشدد, ولكن قد يؤدي ذلك إلى تضاعف مقاومتهم بدلاً من ذلك.

حاول أن تفعل العكس....حاول أن تجذبهم إلى الإتجاه الذي تريدهم أن يسيروا فيه.

اعتبر نفسك وسيطا, مهمته تسهيل أمر الموافقة عليهم, واشركهم معك العملية وتقبل أفكارهم, حاول أن تضع نفسك فـــي محلـــهم, وأن ترضي مصالحهم التي لم تتحقق, خاصة حاجاتهم الإنسانية الأساسـية. ساعدهم على إنقاذ ماء وجههم بحيث يبدو الإتفاق النهائي كما لو كـان نصراً لهم. تقدم ببطء حتى تصل بسرعة ولا تضغط. ابن لهم جســراً ذهبياً.

٥-استخدم قوتك للتعليم:

إذا استمر الطرف الثاني في المقاومة معتقداً أن بإمكانه الفـــوز دون تفاوض فعليك أن تعلمهم. عليـــك أن تصعــب عليــهم عمليـــة التفاوض, وعليك أن تعطيهم درساً عن ثمن عدم التوصـــل الاتفـــاق, وجه إليهم بعض الأسئلة لاختبار الواقع وحذرهم بدلاً مـــن تـــهديدهم واستعرض أمامهم أفضل بدائلك للتفاوض.

ولا تستخدم هذا البديل بالفعل إلا في حالة الضرورة القصـــوى, وحاول تقليل مقاومتهم قدر الإمكـــان عـــن طريـــق الســيطرة علـــى مشاعرك. والتأكيد على أن هدفك ليس الانتصار عليهم, بل هو تحقيـق الرضا المتبادل لكليكما. تأكد من أنهم مدركون أن الجسر الذهبي دائماً مفتوحاً أمامهم, ولا تصعد الموقف : بل استخدم قوتك للتعليم.

بالإرادة تفعل المستحيل

هل تعلم ما هي الإرادة ومن أين أتت؟ وكيف تؤثر بإرادتك على شخصيتك الإبداعية وبالتالي تؤثر على الناس؟ . يحسن أن نعود إلى تعريف معنى كلمة إرادة...فالمصدر الأول للإرادة كلمة أريد فهي عائدة على قوة الإرادة والعقل.

واعلم يا صديقي أن من أراد أمراً فإرادته تحمله على عمله بل وتسهل له العمل وتهون عليه المصاعب. وكل منا يستطيع أن يكون مؤثراً وقوياً بإرادته. وليس في الكون أحد من له الحق في أن يحرم إنساناً من إرادته ما دامت مشروعة وفي حدود الشرائع السماوية وما يتفق عليه الجميع من قيم. والشخص ذو الإرادة هو شخص مبدع وهو من كبح جماح أهوائه فخضعت له قبل أن يسعى إلى استدناء الحظ والوقوف به لدى أعتابه.

فنرى صاحب الإرادة راسخاً كالطور وهو يحاذر أن يفرقها هباء فيذهب بفاعليتها دون جدوى... ويحشد إرادته هذه في نظام رائع عندما يدعوه داعي الدفاع والجهاد... ونراه يدري دائماً ما يريد... ويمحص الأشياء ويعرضها على محك العقل أولاً ليفصل فيها ما بين الغث والسمين.

لذلك نرى صاحب الإرادة الفذة مطمئناً للنتيجة مهما اعـــترض سيرها من عراقيل وصعوبات وفي أسرار تأثير المبدعيــن أصحــاب الإرادة على الآخرين أنه لا يستفزه شيء ولا يقلق نفسه الهادئة, فـــهو يثق من النصر في النهاية لأنه يريد ويعرف مــا يريــده. ولا يزيــف عواطف قلبه ولا يلبسها رداء يتنافر والحقيقة الناجحة. ينبـــض قلبــه الكبير دائماً بالعواطف السامية.

وتأثير صاحب الإرادة القوية المبدعة تأثير واضح على الآخرين لأنه يعرف كيف يتصرف في الظروف القـــاهرة ويتكيــف ويكيــف مظهره على مقتضى الأحوال والأمان. يلين دون ضعف. يرغب عــن المستحبات ويزهد عن الرغائب... وينتظر حينما يجب الانتظــار دون أن تنال العواقب من نفسه. يعرف ما يريد... ماذا يريد حق المعرفـــة, يواجه المشكلات والمتاعب والصعوبات ولا تلبث إرادته الناجعـــة أن تظهر بوضوح وجلاء وكأنه يفعل في مواجهة تلك الأزمات ما يفعلـــه الخمير في العجين على رأي المثل العربي الشهير... حيـــث يغريـــها على الشكل الذي يريده ولا يزأر ولا يحتدم غيظاً. يتساقط منه الكـــلام بهدوء فيقع في الآخرين موقع البلسم من الجرح.

وفي معظم الأحوال تلاحظ في صاحب الإبداع والإرادة القويـــة أن في نواظره جاذبية وفي لحاظه نعومة وحلاوة لها شأن في جـــذب القلوب إليه والتأثر به. وفي حالة استشارته نجد أن رأيه صائب, ولـــه

كلمته المسموعة المقنعة, نظراته معبرة عن ما بداخله, وإذا ما نظر إليه شخص ما فإنه يشعر بأنه يحمل إليه الود والدفء والنور والحرارة والحب في آن واحد. إلى جانب الظرف والنبل بعيداً عن البهجة الفارغة... والغطرسة السمجة والابتذال المخجل.

والغريب في تأثير المبدع صاحب الإرادة القوية أن كل من رآه يقع على أسر لطفه وسيزيد من كياسته وعذوبة حديثه. ونلاحظ أن الأفكار الكبيرة تصدر منه منظمة منسقة. وكل ما تستشفه في نفسك تجاه هو اللطيف والإيناس والظرف والكياسة التي تسترق قلبك وتملك عليك مشاعرك لأنك تقرأ صفاء قلبه في عينه فتأنس إليه وتقبل بجملتك عليه متأثراً به تأثيراً قوياً لا يلين.

قراراتك تحقق إبداعاتك

إذا قلنا إننا نهدف من الإبداع في التغير الإنساني إلى الرقي بالإنسان وتطوير شخصيته والارتقاء بها فهذا حديث نظري النزعة يفتقر إلى الوسيلة التي توصل الإنسان إلى الهدف المرجو من التفكير فيه. أي أنك إذا قمت بالتفكير بطريقة إبداعية وصحيحة) كيف يمكن لك أن تحقق أفكارك الإبداعية هذه؟

أقول أن الموضوع ليس بالصعوبة التي تتخيلها, فالأمر كله أنك تحتاج إلى قرار والقدرة على اتخاذ هذا القرار.

إذن عليك أن تتذكر دائماً أنك تملك قوة خفية داخلية وهي الإرادة الكامنة في داخلك وهذه الإرادة هي التي تكون عندك القناعة التامة بأنك تستطيع أن تغير حياتك برمتها إلى حياة إنسانية جديدة وراقية, وبمعنى آخر أنك في اللحظة التي تتخذ فيها قراراً يحقق فكرك الإبداعي تكون قد انطلقت نحو تنفيذ هذا الفكر.

وعليك أن تدرك أن اتخاذ القرار هو بداية من بدايات التنفيذ طبقاً للفكر "الإبداعي الإنساني" والدليل على ذلك الصياغة الجديدة لتعريف القرار بأنه "معلومات وضعت موضع التنظير" وإنك تعرف حقاً أنك اتخذت قراراً إبداعياً حين يتدفق الفعل منه ويصبح قراراً ساري التنفيذ وعليك أن تنفذ أفكارك الإبداعية عن طريق القرارات المدروسة جيداً. وكلما أكثرت من اتخاذ القرارات التي تساعدك على تحقيق الهدف الواحد تحسنت قدرتك على اتخاذها.

وكي تحقق أفكارك الإبداعية لا بد أن تتعلم من قراراتك, واسأل نفسك كل فترة ما هو الأمر الحسن في تفكيري؟ وماذا أتعلم من ذلك؟ وفي حالة وجود انعكاسات قصيرة الأجل احرص على أن تتعلم دروساً يمكنها أن توفر لك الكثير من الوقت أو المال أو الألم الإنساني

وأن تجعلها تعطيك دائماً وأبداً القدرة علـــى النجـــاح فـــي المســـتقبل والانطلاق بفكرك الإبداعي الإنساني إلى آفاق أرحب.

وعليك أن تدرك جيداً وأبداً أن قراراتك وليس ظروفك هي التـي تساعدك على تحقيق أفكارك الإبداعية من عدمه.

الإبداع بالوضوح

ويقصد به وضوح الهدف والغاية, حيث أن وضوح الهدف يؤدي إلى وضوح التصور, ووضوح التصور يؤدي إلى وضوح الطريـــق. ووضوح الطريق يؤيد إلى وضوحا الوسائل المســـتخدمة فـــي هـــذا الطريق.

إن العملية الإبداعية هي عملية منظمة, يحدد فيها الإنسان هدفـــه بوضوح, ثم يستجمع قواه العقلية واللفظية لتحقيق ذلـــك الـــهدف مـــن خلال أفكار ومنجزات إبداعية.

كما أن الضياع, وعدم معرفة ما يريده الإنسان والتخبـــط فـــي المسيرة, والانتقال من مجال إلى آخر ومن موضوع لآخر دونما هدف محدد دقيق, كل ذلك له تأثيره السلبي على العملية الإبداعية.

إن المبدع الناجح هو الذي يعرف ما يريد الوصـــول إليـــه ثـــم يسخر كل إمكاناته للوصول إليه بطرق إبداعية متميزة؟

إننا اليوم في زمن الإبداع التخصصي, الـذي يتخصص فيه المبدع في مجال واحد, لا في جزئية صغيرة من هذا المجال, أو ذلك التخصص, ومن يهمل التخصص يخشى عليه من السطحية والضياع.

وصدق الله تعالى إذ يقول: (**أَفَمَنْ يَمْشِي مُكِبّاً عَلَى وَجْهِهِ أَهْدَى أَمَّنْ يَمْشِي سَوِيّاً عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ**) (الملك:٢٢)

الإبداع بالتفكير المقلوب

ونقصد بها أن نفكر بالعكس أو بالمقلوب. وبمعنى آخر إذا كانت لديك فكرة إبداعية فلكي تولد فكرة إبداعية أخرى فما عليك إلا أن تفكر عكس الفكرة أو الرأي أو البديل المطروح ومن أمثلة ذلك ما يلي:

١- إذا كانت عقارب الساعة تتحرك من اليسار إلى اليمين, فلم لا يتم التفكير بساعة إبداعية تتحرك عقاربها من اليمين إلى اليسار(وقد حدث ذلك).

٢- إذا كان الشاي يصنع ويباع دائماً وهو ساخن, **فلماذا لا تفكر بشاي يصنع بارداً ويباع بارداً (وقد حدث ذلك).**

٣- إذا كان المرضى يذهبون إلى الأطباء للعلاج, فلماذا لا يحدث العكس, وذلك بأن يأتي الأطباء إلى المرضى **(وقد حدث ذلك).**

أي أن الإبداع بالتفكير المقلوب, هو محاولة عدم الركون إلى الأشياء الموجودة في عالمنا والوقوف عندها, بل يجب علينا أن نجرب البدائل الأخرى لهذه الأشياء.

أسس أخرى للنهوض بالإبداع

للإبداع والتفكير الإبداعي قواعد وقوانين وأسس عدة, يمكن بها توجيه العملية الإبداعية, وتنفيذها عند الإنسان, ولعل من أبرز هذه الأسس ما يلي:

١- أفضل طريقة للحصول على أفكار رائعة هي أن تحصل على أفكار كثيرة ثم تلغي الأفكار السيئة منها.

٢- احرص أن تكون أفكارك الإبداعية متقدمة على زمانك بربع ساعة وليست سنوات ضوئية.

٣- ابحث دوماً عن الأجوبة الصحيحة الأخرى.

٤- إذا لم تنجح في البداية, خذ فترة راحة.

٥- اكتب أفكارك قبل أن تنساها.

٦-إذا قال الجميع بأنك مخطئ, فأنت خطوت خطوة إلى الأمام, وإذا ضحك عليك الجميع قد خطوت خطوتين إلى الأمام.وذلك لأن الأفكار الإبداعية هي أفكار جديدة غير مألوفة للناس,وكثير من الناس يقاومون ويعارضون أي فكرة غريبة غير معروفة لديهم.مع ملاحظة هنا أن هذه الأفكار يجب أن لا تكون مخالفة لشيء واقع محسوس كمن يدعي أن الأرض غير كروية الشكل.

٧- الحل لأي مشكلة موجود مسبقا, كل ما علينا هو أن نسأل الأسئلة الصحيحة التي تكشف ذلك الحل.

٨- عندما تسأل سؤالاً غبياً تحصل على إجابة ذكية, فلو سألت السؤال الغبي التالي: لم لا يأت السرير لنا بدلاً من أن نذهب إليه

عند النوم؟؟ هذا سؤال قد يولد عندنا فكرة ذكية إبداعية وهي أن تضع(مثلاً) سريراً يتحرك بالرموت كنترول!!.

٩- لإيجاد حل للمشكلة, عليك أن لا تنظر إليها من نفس الزاوية التقليدية.

١٠- حاول أن تتخيل الوضع عند حل المشكلة قبل أن تبدأ بحلها.

١١- كل تصرف له ما يقابله, لذا تعلم أن تنظر للأمور من الخلف إلى الأمام أو من داخلها إلى خارجها, أو بالمقلوب.

١٢- إعادة النظر في أسس المشكلة والافتراضات الأساسية قد يحول العوائق إلى فرض.

١٣- عندما تعجز عن حل المشكلة, انظر للأمر من وجهة نظر شخص آخر له علاقة بالمشكلة.

١٤- شبه المشكلة بشيء في الطبيعة واسأل نفسك ماذا سيحدث لها عندئذ.

١٥- قلد أفضل الموجود ثم عدل.

١٦- احرص أن تكون العقوبة عن الخطأ أقل من العقوبة على عدم المحاولة.

١٧- في معظم الأحيان تتحول الأفكار إلى إبداعات عند التركيز على الجانب المثير من الفكرة وليس على إيجابياتها أو سلبياتها.

١٨- ابدأ كل اجتماع بمحاولة لتسخين الأفكار وتشجيع الإبداع ولو لمدة دقيقة واحدة.

١٩- توقع حدوث أكثر من احتمال, ورتب نفسك لوقوعها جميعها في نفس الوقت.

٢٠- تعود على التغيير حتى لا تقع أسيراً للعادة.

٢١- ابحث عن الفكرة الجديدة في غير الأماكن المعتادة.

٢٢- ابحث عن صيغ أخرى للسؤال الذي تفكر به.

٢٣- فكر قبل النوم.

٢٤- استفد من أحلامك.

٢٥- تأمل وفكر في بديع صنع الله فيها.

٢٦- ارحل إلى الماضي فلعلك تجد أفكاراً بالتأمل.

٢٧- اغتنم الفرص فإنها مثل الطائرة لها مواعيد في الهبوط والإقلاع.

٢٨- كن مرحاً.

٢٩- لا تكن عبداً للقوانين الجامدة وغير النافعة.

٣٠- فكر إيجابياً ودع عنك التشاؤم.

٣١- وما ضل من استخار.

٣٢- ما خاب من استشار.

٣٣- بسط الفكرة واحذر التعقيد.

٣٤- الفكرة المناسبة في التوقيت المناسب.

٣٥- لا تغضب.

٣٦- استمع إلى عقلك الباطن.

٣٧- التأني وعدم استعجال قطف الثمرة.

٣٨- ثق بنفسك, واعلم أن المجنون هو الوحيد الذي يمكن أن يكــــون مبدعاً, ومع ذلك فلربما يصدق المثل القائل "خذ الحكمة من أفواه المجانين".

٣٩- الجبن عار وفي الإقدام مكرمة.

٤٠- كما أن العلم بالتعلم والحكم بالتحكم فلذلك الإبداع بالتبدع.

٤١- سَوِّق الفكرة.

٤٢- بورك لأمتي في بكورها.

٤٣-

وما نيل المطالب بالمقني ولكن تؤخذ الدنيا غلابا

٤٤- وإذا عزمت فتوكل على الله.

التفكير

قبل سنوات عديدة كتب أندريه مورو "الذهن البشري عالم داخلي تتعكس فيه صورة الكون الخارجي الهائل دون التقيد بحدود الزمــــان والمكان, فقد يخطر على ذهننا أي شيء في الماضي أو إلى الحــاضر أو المستقبل وفي أي مكان ووقت, وهذه هي الخاصية العظيمة التــــي تميز الإنسان".

التفكير السليم لماذا؟؟

التفكير باختصار, هو محاولة لرسم حالة معينة والتصرف بموجبها. ولكي يكون الرسم دقيقاً لا بد من جهد يبذل لتحقيق تطابق الصورة الداخلية التي في ذهننا مع الصورة الخارجية التي في الواقع.

وكلما كان التفكير سليماً كلما كان التصرف سليماً والنتائج أكثر إيجابية, غير أن بعض الأعمال يؤديها الإنسان بصورة ناجحة دون أن يفكر فيها, فقد أصبحت تلقائية لا إرادية. فكاتب الطابعة الجيد لا يتابع رؤية حروف الطابعة واحد واحداً, ومع ذلك يطبع جيداً.

إذن كيف نرتب أفكارنا وبالتالي تضاعف القدرة على التفكير الإبداعي؟؟

هل يمكن للإنسان أن يضاعف قدراته على التفكير المبدع؟ والسؤال الذي يحتاج إلى إجابة أكثر تفصيلة هو كيف يمكن للإنسان أن يضاعف قدراته على التفكير الإبداعي الذي يساعده على تطوير شخصيته؟

وللإجابة على هذا السؤال لا بد من التعرف على العوامل الفعلية التي تؤثر على قدرات الإنسان العقلية, وهي العوامل التي يمكن مضاعفة قدرة العقل على التفكير.

العامل الأول: مضاعفة القوة الذهنية:

ولأنك دائماً إلى التركيز على ذلك الشيء, وفـــي حاجــة إلـــى مضاعفة قواك الذهنية لتكون قادرة على إثارة هذا التفكير وإيضاحـــه والإقتناع به والعمل على تنفيذه, عندما تكون في حاجة إلى التفكـــير المبدع في شيء ما فأنت في حاجة وكلما كان هناك مشكلة أو موقــف يحتاج لحسم أو حل فلا بد من أن تضـــع ذلـــك الموضـــوع أو تلـــك المشكلة تحت بؤرة تركيزك ومضاعفة قواك الذهنية.

ويمكن للإنسان أن يروض نفسه على تركيز الذهن من خلال:

١- تنظيم الإعمال, بأن يخصص وقتاً كافياً للعمل وآخر للراحة.

وخير وسيلة لذلك إعداد جداول تتضمـــن جميـــع الأعمـــال وألـــوان النشاط اليومي كافة من تعلم واستذكار ولعب وزيارات...الخ.

وستندهش عندما تجد أنك توزع الوقت بشكل جيد. وأنك تقوم بتركـيز الذهن بشعورك بوجود الوقت المخصص لكل نوع من أنواع النشاط.

٢- المكان المناسب:

وهو من أهم مستلزمات تركيز الذهن, لذا عليك الركون إلى المكـــان الهادئ بعيداً عن المضايقات والإغراءات الخارجية.

٣- ينبغي أن يكون لديك حافزاً للتعلم وهو النجاح.

وذلك لإعطاء الاهتمام المتماثل للمواد الدراسية كافة التـــي عليـــك أن تتعلمها. ومن المحفزات أن تتذكر أن هناك وقت للراحة بعـــد انتـــهاء العمل وأن المعلومات التي تحصل عليها تفيدك في حياتك.

٤- عليك إبعاد القلق والانفعالات النفسية لأي سبب كان وذلك بتحليلها وإيجاد أسبابها الحقيقية وتلافيها وإعطاء الفرصة للتركيز الذهني.

٥- إتقان فن القراءة من خلال:

- التأكد من سلامة البصر بمساعدة الطبيب.
- حسن الإضاءة, وأحسن الضوء الطبيعي.
- خير أنواع القراءة الصامتة لأن حركة الشفتين تقلل سرعة القراءة.
- إذا كانت المادة غير مفهومة علينا الإستعانة بالآخرين.

العامل الثاني: توفير المرونة الذهنية.

ونعني بذلك مقدرتك على الانتقال بالتفكير من مهمة ذهنية إلى مهمة ذهنية أخرى وهو ما يعنى توسيع آفاق التفكير وتجنب التعصب لرأي معين أو فكر معين, بل إيجاد البدائل بصفة دائمة, وكما يقول المثل العامي "تقليب المسائل على كل وجهها", وهو ما يعني التفكير بإبداع وابتكار على تجنب الطرق والأنماط التقليدية في التفكير, وخاصة طريقة "الذي ليس معي فهو ضدي" ... ولكن بأسلوب لا بد أن أجذب الذي ليس معي لكي يكون معي بأسلوب إنساني راق مبتكر.

العامل الثالث: مضاعفة التحمل الذهني.

والعامل الثالث الذي يضاعف قدراتك على التفكير المبدع هـو مضاعفة التحمل الذهني وأعني به مضاعفة قدراتك على قوة التحمل للحفاظ على تفكيرك متقداً ومتوجهاً حول المهام الإنسانية التي على عاتقك تجاه نفسك في تطوير شخصيتك والارتقاء بها وتجاه مجتمعك في إبداع إنساني سواء كان سلوكياً أو غير سلوكي, ويعني مضاعفة التحمل الذهني أن تحافظ على مستوى الإلهام والتركيز لأقصى فترة زمنية ممكنة والحفاظ على يقظتك الفكرية من البداية للنهاية وإقصاء تشتت الفكر جانباً إلى غير رجعة.

العامل الرابع: مضاعفة القدرة على التنسيق الذهني

وهذا هو العامل الرابع الذي يجعلك قادراً على التفكير المبدع, فعندما يتمتع عقلك بهذا التنسيق تستمتع بجمال الترتيب والتفكير الإبداعي وتكون قادراً على القيام بالعديد من المهام الذهنية المختلفة والتي لها نفس الدرجة من الأهمية في نفس اليوم أو في نفس الوقت ولا تحتم الأمر ذلك. وتكون عندها محافظاً على تركيزك قادراً على التعلم واكتساب معلومات جديدة وإيجاد صيغ فكرية إبداعية جديدة.

وثق يا صديقي أن الانتباه والاستعداد والتركيز هي الأدوات الإضافية التي يمكنها مضاعفة قدراتك على التفكير المبدع. فاحرص

عليها وتذكر دائماً وأنت تفكر أنك بحاجة دائماً إلى أن تكون قادراً على الحفاظ على ثبات درجة تركيزك بصفة دائمة وليست مؤقتة على الإطلاق وهو ما يضاعف بالفعل وبطريقة عملية قدرتك على التفكير المبدع.

خصب المخيلة

إذا كانت التربة خصبة أنتجت بوفرة

وإذا كانت قاحلة خصبناها

والمخيلة, إذا كانت خصبة أنتجت وأينعت.

وإذا كانت جاذبة (قاحلة) ينبغي أن نتعهدها بالتخصيب حتى تعطي أكلاً!

فالخيال الخصب هو أساس الإبداع وهو الذي يحرك التفكير المبدع. فهناك الكثير من الناس يشكون الضائقة, ويتذمرون من العسر, وينعون على حظهم جوره واضطهاده.

كثيرون يرفعون عقيرتهم صارفين, مولولين وأحياناً في حقد وموجدة!

فلو كنت موظفاً في شركة, وقد خدمتها بإخلاص سنين وسنين, ثم قالت لك اذهب!

لو أنت أصبحت بغتة بلا عمل, ولك أسرة تعيل فماذا تفعل؟

تطلب العمل, مجرد طلبك, وتعود تطلب ولا من مجيب, فماذا تفعل؟

إنه لمأزق رهيب ولا غرو ولكن من لا يفقد أعصابه يجد المفرج دون ريب.

ومن يملك الخيال الخصب وبالتالي التفكير الإبداعي لـــن يجـد صعوبة كبيرة في إيجاد حل لهذه المشكلة.

ولنأخذ هذا المثال:

رجل خاض غمار الحرب, ولما عاد إلى دياره لم يجـد لنفسـه عملا, وقد كان من قبل موظفاً محترماً في إحدى الشـركات, فكوفـئ أسوأ مكافأة على استبداله في القتال!

استغنت عنه الشركة واختارت رجل آخر ليتولى المهام المناطـه به سابقاً. ولما عاد وطلب العمل, اعتذروا له بلطف, وأفهموه أنه غـدا كبير السن ولا يصلح لمثل هذا العمل.

احتار عبد الله وانتابه يأس شديد إلا أنه لم يسمح ليأسه أن يقتلـه وفكر ملياً بما أنه كان يملك خيالاً خصباً فقد اهتدى إلى وسيلة يعـش منها فلا يضطر إلى الاستجداء:

بل ركل يأسه بقدمه, وتقدم إلى المسؤولين عن الأحراج الشجرية فاشترى قطعة أرض تكتنفها الجبال الوعرة, وتبعد مسافة كبيرة عـن المدن الأصلية.

في أرضه هذه أقام شبه بيت وتصدى للناس الذين يقصدون تلـك المناطق للتنزه فكان يرشدهم ويهديهم إلى مقعدهم, ويريهم ما يرغبـون في رؤيته, ويكسب ما يكفيه.

وكانت محال الأكل معدودة, فكان يحمل إلى تلك القمم طعاماً وزادا وشرابا, فيبيع ويكسب.

فقد تفتق ذهنه عن أساليب كثيرة لم يلبث أن طبقها ونجح في تطبيقها.

-لم يخجل من العمل, لم يقل: أنا كهل فكيف أقبل لنفسي مثل هذا العمل فقد عمل كل عملٍ كل ما فيه كسب حلال وبذلك وفقه الله.

وقد عاد موفور الكرامة والصحة ليعيش مع زوجته, وعاد ولكن لا ليتبطل ويتقاعد بل زاول أعمالاً أخرى كان يستطيع أدائها.

وهكذا نلاحظ الخيال الخصب هو سبب رئيسي في التفكير المبدع وتغير ظروف الحياة.

معيقات التفكير:

هناك الكثير من الأسباب التي تعيق التفكير الإبداعي ومن هذه لأسباب:

١-الفشل في طرح الأسئلة ويمكن حلها من خلال:

-أكثر من لماذا؟ فهو مفتاح النظرة الإبداعية.

-تعود على سؤال نفسك باستمرار.

-لا تخجل إذا فشلت, فالفشل طريقة النجاح.

-حاول أن تجعل الأفكار متحركة.

٢-الفشل في تسجيل الأفكار:

-سجل الأفكار في دفتر ملاحظات.

-إن لم تسجل الأفكار ستضيع.

٣-الفشل في استعادة الأفكار.

-خصص وقتاً لمراجعة الأفكار القديمة, وتذكرها ثم امنحـــها فرصـــة ثانية.

-لتكن مراجعتك لنفسك أكثر انتباهاً من المرات السابقة.

-الأفكار معاكسة للفرضيات, فالتفكير يحرك الذهن, أمـــا الفرضيـــات فتدعو لعدم التفكير.

٤-الفشل في شرح الأفكار:

-اشرح الفكرة لنفسك أولاً ثم للآخرين.

-تخلص من الأفكار الضارة.

٥-الفشل في التفكير بطريقة جيدة.

-بنى استراتيجية جيدة في التفكير.

٦-الفشل في تمني ما هو أكثر.

-الإبداع مرتبط بالتفاؤل.

٧-الفشل في أن تكون مبدعاً.

-الإندماج في التفكير الإبداعي هو الإبداع.

-المبدع يرى من الفشل حافزاً للإبداع, ويراه أول الخيـــط للطريـــق الصحيح.

٨-الفشل في استمرار المحاولة.

-اقض وقتاً خاصاً للاستغراق في مهمة التفكير.

-امنح نفسك مدة زمنية للتفكير, وتكوين أفكار عظيمة.

٩-الفشل في تحل تصرفات الإبداع:

-المبدع قد يكون غريب الأطوار, فقد تظهر عند هـؤلاء تصرفـات غريبة.

-البعض يجد صعوبة في الاقتناع بأن فكرته مبدعة ونـاقدة فيخشى تقديمها خوفاً في عدم صلاحيتها أو عدم مناسبتها لطرح الأسئلة وفـي إيجاد الحلول, ولكن قد يتم التحدث أمامه عن نفس الفكرة ولكن علـى لسان شخص آخر.

-البعض يتحدث مع نفسه وقد يطرح الأسئلة عليها ويناقشـها, ولكـن عندما لا يجد حلاً للمشكلة فإنه يؤجل التفكير أو ينقطع عنه بداعـي أن الفكرة سابقة لأوانها, ولكن الحقيقة مختلفة فهو يحتاج إلى من يسـاعده في استخراج الحل للمشكلة.

-جميع أخطاء التفكير مبنية على الإدراك غير السليم.

-العدو الأكبر للتفكير هو التعقيد لأنه يؤدي للإرباك.

١٠-الأخطاء في التفكير لا يعني أن كل تفكير سليم خال من الأخطاء يعد جيداً. من الأخطاء الرئيسية في التفكير, عدم النظر للمسألة مـن جميع الأوجه.

١١-هناك أهمية للطريقة التي ننظر بها إلى المعرفة ولفترة الانتبـاه لهذه المعرفة والأخطاء لا تكون من جراء معرفة خاطئـة, أو غـير كافية, ولكن بالطريقة القاصرة التي تنظر بها المعرفة.

١٢-أيضاً هناك محذور في الحكم على الأفكار بمدلولها الخـارجي إذا كانت تخلو عملية التفكير من أخطاء منطقية.

الإبداع والسدود الستة:

رغم أن كل إنسان لديه المقدرة على الخيال, والذي يعتبر وقــود التفكير الإبداعي إلا أن هناك تفكير سلبي لدى بعض الناس, إذ أنـــهم وضعوا سدوداً فكرية ووجدانية في طريق الإبداع ولعل من أهم هـــذه السدود الأفكار التالية:

١- العباقرة والناجحون والفنانون هم فقط الذين يمكــن أن يكونــوا مبدعين.

٢- تحتاج أن تتألم وتعاني كثيراً وأن تجتهد وتتعب كثـــيراً حتـــى تكون مبدعاً.

٣- الشباب هم فقط أصحاب الأفكار الإبداعية.

٤- الإبداع يحتاج إلى كثير من الجهود والأموال والأوقات.

٥- الإبداع نوع من الرفاهية التي لا يستطيعها كثير من النـــاس, ولا سيما الفقراء والبسطاء.

٦- الإبداع خاص بالرجال أو خاص بالنساء.

قاتلات الأفكار:

هنالك العديد من الكلمات والعبارات قاتلة الأفكار والإبداع يســـتخدمها كثير من الناس ولعل من أشهرها ما يلي:

١- جربنا هذه الفكرة من قبل.
٢- ستستغرق هذه الفكرة وقتاً طويلاً.
٣- ستكلف هذه الفكرة كثيراً من المال.
٤- هذه ليست وظيفتي!.
٥- هذا ليس من شغلك؟.
٦- لماذا لا تكتب هذه الفكرة وترفعها إلينا.
٧- هذا مستحيل.
٨- يمكن أن نطبق هذه الفكرة في السنوات القادمة.
٩- ربما تكون محقاً...ولكن....
١٠- هذه فكرة غبية.
١١- عملاؤنا لا يرغبون في ذلك.
١٢- لا يمكنك عمل ذلك هنا.
١٣- لا أعتقد أن ذلك مهماً.
١٤- لا أريد أية معلومات إضافية.
١٥- الوضع جيد ولا يحتاج إلى تغير.
١٦- إذا لم يكن هناك خلل فلماذا التغير.
١٧- مؤسستنا صغيرة والفكرة أكبر منها.
١٨- مؤسستنا كبيرة والفكرة أصغر منها.
١٩- ليس عندنا وقت الآن أو خلال هذه الفترة.
٢٠- هذه الفكرة تبدو لي بأنها فكرة جنونية.

تمارين للتفكير الإبداعي

تمرين الكلمات المقلوبة

اقلب أحرف الكلمات التالية وتأمل الفرق في المعنى:

الرقم	الكلمة	الكلمة بالمقلوب
١	حصان	ناصح
٢	ملح	حلم
٣	فرع	عرف
٤	بط	طب
٥	عرش	شرع
٦	حار	راح
٧	سفر	رفس
٨	حرف	فرح
٩	سار	راس
١٠	حرس	سرح
١١	فرغ	غرف
١٢	نار	ران
١٣	جار	راج

تمرين العبارات المقلوبة:

اقلب كلمات العبارات التالية ثم تأمل الفرق في المعنى:

الرقم	العبارة	العبارة المقلوبة
١	جمال الطبيعة	
٢	عمليات إدارية	
٣	أزمة إستثمار	
٤	إدارة أسرة	
٥	حركة الإبداع	
٦	أحداث أمة	
٧	أزمة إدارية	

تحرير العقل.. طريقك للإبداع

لو قلت لي ما الذي يجعل إنسان مبدعاً, وآخر لا يملك سوى أن يفكر؟ سأقول لك: "العقل" فهناك عقل متحرر غير مكبل بالقيود يستمتع بحريته من خلال التفكير المبدع والمنطلق, وعقل آخر مكبل بالأغلال التي تعوق استغلال قدراته. هذا هو الفرق بينهما ولا تتعجب إذا علمت أن الضغط العصبي والتوتر يكبل العقل ويجعله غير قادر على التفكير ولا تندهش عندما تعرف أن ارتفاع ضغط الدم أو وجود

آلام جسدية قد تكون سبباً في إعاقة التفكير, حتى التغذيـــة والرجيـم القائم على الحرمان من أغذية الجسم والعقل الأساسية هي الأخـــرى تقف عائقاً أمام حرية العقل في الإبداع والتفكير.

وثق يا صديقي أنك بتحرير عقلك ستحصل على نقاط أعلى فـي حاصل ذكائك, وإنك بمجرد إزالة القيود من على عقلك تســتطيع أن تستمتع بالحرية التي يمنحها لك الفكر المبدع, فالإبداع فــي التفكـير يلزمه عقل متحرر تماماً.

وتحرير عقلك يحتاج إلى الاسترخاء يومياً ثلاث أو أربع مـرات على الأقل استرخاء تاماً تقوم خلاله بإراحة عقلك. لأن الضغط الشديد عليه سواء كان إجهاداً ذهنياً أو ارتفاع ضغط الدم أو توتراً عصبياً أو حتى القلق أو الخوف أو الاضطراب النفس. كل هذه العوامـل لـها آثارها السلبية على قدراتك العقلية الطبيعية, لأن هذه القيود والأغـلال تؤدي إلى إلقاء العبء الثقيل على الخلايا العصبية, وثبت علميـاً أن الضغط أياً كان سببه يؤدي إلى نوع من التفاعل الكيميائي الذي ينتـج عنه تفاعلات متنوعة وتغيرات فيزيائية تؤدي إلى عدم وجود اتـزان عقلي وتفكير مشوش لذلك عليك أن تقوم بدراسـة أسـلوب حيـاتك وأفكارك وطرق التعامل مع المواقف الملحة وتعديلها كي لا تسبب أي نوع من أنواع الضغوط على عقلـك أو علـى أعصـابك, وثـق أن السجين الأول لقدرات عقلك هو الضغط, وفي حالة الإصابة بارتفـاع ضغط الدم لا بد من مواصلة العلاج لأنه ثبت أن هذا الارتفاع يقلـل من التدفق الطبيعي للأكسجين إلى المخ, وهـو العـائق الأول أمـام

الإبداع, ويمكنك القيام بسبع خطوات لتحرير عقلك والمحافظة على قدراتك العقلية والتخلص من ارتفاع ضغط الدم المزمن إن وجد.

الخطوة الأولى:

في حالة زيادة وزنك على الحد الطبيعي أو إذا كنت تعاني من السمنة أو البدانة عليك أن تقوم بتخفيض وزنك باستشارة أحد الأخصائيين, وتتناول المزيد من الألياف وتقليل نسبة الدهن المشبع في وجباتك الغذائية وتقليل نسبة استخدام الأملاح في غذائك إلى أن تصل إلى الوزن الطبيعي؟

الخطوة الثانية:

أن تقوم بزيادة ما تحصل عليه من الكالسيوم إلى جرام يومياً على مدار شهرين لأنه ثبت أن نقص الكالسيوم يؤثر على القدرات العقلية.

الخطوة الثالثة:

أن تقوم بزيادة ما تحصل عليه من الماغنسيوم إلى ٤٠٠ ملليجرام يومياً على **مدار** شهرين, لأنه ثبت عملياً أن نقص الماغنسيوم يرتبط ارتباطاً مباشراً بارتفاع ضغط الدم خاصة وأنك بحاجة إلى الماغنسيوم لتوسيع الأوعية الدموية.

الخطوة الرابعة:

تقوم خلالها باستشارة أخصائي تغذيـــة لتنـــاول جراميـــن مـــن الحمض الأميني "ثورين" ثلاث مرات يومياً لمدة أسبوع لأنه يـــؤدي إلى التقليل في ضغط الدم.

الخطوة الخامسة:

تقوم خلالها لاستشارة أخصائي تغذية لتناول الحمض الأمينـــي "تريبتوفان" بمعدل جرم واحد ثلاث مرات يومياً علـــى مـــدار ثلاثـــة أسابيع كفترة تجريبية لأنه ثبت أن هذا الحمض الأميني يـــؤدي إلـــى تقليل ارتفاع ضغط الدم عندما يتم تناوله بكميات كافية ويزيـــد مـــن القدرات العقلية.

الخطوة السادسة:

أن تتناول ثلاث فصوص من الثوم يومياً أو تتناول مســـتخلص الثوم لمدة أربعة أسابيع بشرط ألا يكون هناك موانـــع صحيـــة مثـــل قرحة المعدة.

الخطوة السابعة:

أن تقوم بتمارين الأيروبك الدوريـــة مثـــل المشـــي والجـــري والسباحة وغير ذلك من الأنشطة الحركية التي تؤدي إلى عدم ارتفـــاع ضغط الدم.

ولتحرير العقل تماماً من متاعبه والضغوط التــــي تؤثــر علــى قدراته عليك القيام بالتدريبات للتخلص نهائياً من تلك القيود والأغــلال التي تعوق تفكيرك الإبداعي ويسميها أطباء علـــم النفـس تدريبــات تحرير العقل.

التدريب الأول:

يهدف إلى التعود على الإسترخاء الكــامل وبعمــق ويمكــن أن تقضى ولو يوماً واحداً كل شهر بأحد الحمامات المتخصصة والتـــي تحتوي على السونا والمساج وتتناول فيها أكواباً من شاي الأعشـــاب ويتم تدليك الجسم بالزيوت الطبيعية المنشطة للجسم, ويمكن أن تقضي ساعة كاملة يومياً دون انقطاع تستمع فيها إلى القرآن الكريـــم الـــذي يؤدي إلى عودة الهدوء والطمأنينة للنفس.

التدريب الثاني:

ويهدف إلى استجماع القوى النفسية والتغلـــب علـــى الإنفعــال والتوتر والضغط العصبي. وذلك بأن تجلس في مكان هــادئ وتقــوم بعملية جرد عقلي وتقييم موقفك وأنت تتنفس بعمق شديد. واجلس لمدة ٥ دقائق على الأقل في هذا الوضع وأغمض عينيك وركــــز علــى عملية الشهيق والزفير, ويمكنك أن تحدث نفسك وأنت تتذكر الضغوط التي تعوق حرية عقلك وتمنعك من التفكير المبدع وتطوير شـخصيتك

والارتقاء بها, وأن تقول لنفسك إنك الآن تقوم بالتخلص من كل تلـــك المعوقات مع كل نفس تتنفسه بعمق وأنت في حالة استرخاء تام...

التدريب الثالث:

من تدريبات الاسترخاء وتحرير العقل قائم على التنفس العميـــق فقط ليس إلا, ويمكنك أن تفعله في أي وقت وفي أي مكان وبمجـــرد الشعور بالضغط أو الانفعال تنفس بعمق, وركز كل اهتماماتك علـــى التنفس والشهيق والزفير لمدة خمس دقائق على الأقل بعدها ســـيزول الجزء الأكبر من التوتر...

التدريب الرابع:

من تدريبات الاسترخاء وتحرير العقل قائم أيضاً على التنفـــس العميق ولكن على طريقة تدريبات اليوجا ويحتاج أن تفعله منفرداً مـع نفسك في مكان مغلق, وأن تجلس على كرسي منتصب الظـــهر وأن تغمض عينيك وأن تستخدم إصبع السبابة من اليد اليمنى لغلق فتحـــة الأنف اليمنى وبلطف, ثم قم بعد ذلك باستنشاق الهواء ببطء, وبشـــكل ثابت من خلال الفتحة اليسرى للأنف ولمدة ٥دقائق وبحيث لا يـــؤدي ذلك إلى إجهادك. ثم انقل السبابة من الفتحة اليمنى للأنف إلى الفتحـــة اليسرى وسدها وقم باستنشاق الهواء ببطء وبشكل ثابت مـــن خـــلال الفتحة اليمنى للأنف ولمدة ٥ دقائق وبحيث لا يؤدي ذلك إجهادك, ثـــم تنفس بشكل طبيعي بعد ذلك.

التدريب الخامس:

هو القيام باستنشاق عبير الزهور أثناء الاسترخاء وخاصة كل صباح ومساء وفي أوقات مختلفة من اليوم. وأن تقوم بتغيير الزهور كل يوم عطر جديد, وأهم زهور العطور التي يمكن استخدامها واستنشاقها القرنفل الهندي الذي يجعلك هادئاً ومتمتعاً بالتركيز أثناء النشاطات المختلفة. والبابونج الذي يجعلك تشعر بالاسترخاء العميق والراحة بعد التجارب العاطفية الشديدة أو الضغط المركز. وزهرة الكرز التي تخفف الضغط الذي ينتابك واللافندر الذي يساعدك على تهدئة وتسكين جهازك العصبي.

والعجيب حقاً والجدير بالذكر أنه ثبت علمياً أن تحرير العقل عن طريق الاسترخاء يجعل الإنسان مبدعاً في تفكيره وخاصة عقب الاسترخاء مباشرة مما جعل علماء الطب النفسي يقولون لك ولي ولنا جميعاً حرر عقلك تبدع فوراً.

الإبداع في الخطابة

من أحسن التمارين لتكوين شخصية مبدعة وترقيتها أن نناقش ونخطب ونعني بالإجادة في الأداء اللغوي, ذلك أن أعظم العلامات للشخصية الضعيفة ذلك العجز في التعبير بألوانه المختلفة.

١- فقد تتكلم بصوت يعلو أكثر مما يجب فيوهم الإساءة, أو منخفض فيوهم الخوف والحياء.

٢- وقد نعتاد على تثبت كلامنا فنتنحنح أو نصمت طويلاً أو نأكل الحروف في أواخر الكلمات.

٣- وقد نعتاد المناقشة بطريقة المخاصمة فنعاند ونكابر.

٤- وأحياناً نستعمل كلمات معينة فيها جفاء أو جلافة, والشخصية تنقص فيها بمقدار هذا العجز. وهي تعلو وتنال الإعجاب بالإحسان في الإلقاء وحلاوة الحديث أو منطقه, واختيار الكلمات المميزة الدقيقة. ومن أقسى الامتحانات الشخصية أن يقف أحدنا للخطابة, فإن الذي لم يتعودها إذا فوجئ بإلقاء كلمة في اجتماع ما ينعقد لسانه ويتصبب عرقه, ويقعد واهناً خجلاً في حين أن الخطيب المتمرن يوحي إلينا جميعاً بقوة شخصية ولو لم يأت بغير التافه من المعاني. ذلك لأنه ألقى كلمات بفصاحة وجهارة وبعد عن الخجل.

ولهذا السبب يجب على الإنسان الذي يرغب في تكوين شخصيته وترقيتها أن يعني بالخطابة ويتمرن عليها, فإننا جميعاً في الوسط العائلي الذي نشأنا فيه الوطن العربي من مركب الخجل أو الخوف من الاجتماع. ولذلك نحتاج إلى أن نتخلص من الخوف (أي الخجل) بتمارين معينة تتجرأ فيها على الكلام في الاجتماعات ونمارس فيها الإلقاء بلغة حسنة قد عنينا فيها باختيار الكلمات كما عنينا بصفة الإلقاء الجريء الصريح.

والخطابة ارتجال, وهي ارتجال في الكلام كما هي ارتجال في التفكير, أو هي تفكير بصوت عال وهي عادة لا أكثر ولا أقل. وحتى اعتدنا الخطابة عنينا بالإلقاء, والتأنق في المعاني واختيار الألفاظ. وكل هذا يكبر شخصيتنا.

وأخيراً فإنه يجب على كل شخص أن يعرف أنه لن تتكون له شخصية مبدعة وحسنة إلا بعد أن يكون قد بلغ بعض الشيء في الإلقاء, وصارت العناية عنده بالحديث عادة, وارتقائه من الإلقاء الحسن في الحديث إلى الإلقاء الحسن في الخطابة هو ارتقاء عظيم في الشخصية المبدعة. فإن قليل من الناس يحسنون الخطابة, وميزتهم لهذا السبب كبيرة, وعندما نقارن بين كاتب عظيم يمتاز بدقة المعاني وخصاصة الأسلوب وسمو التفكير وبين آخر دونه بكثير ولكنه يحسن الخطابة ويجرؤ على الارتجال في الاجتماعات. نحس أن الثاني شخصية ليست للأول ويجب أن نلاحظ هنا أن التفوق في الكتابة لا يعني بتاتاً التفوق في الخطابة.

الإبداع بالذاكرة

الرجل المتكبر هو إنسان قوي الذاكرة, وهنا وجب علينا أن نتعمق قليلاً في هذا الموضوع. فما هي الذاكرة؟ سؤال يطرحه الناس منذ آلاف السنين, وهم يستنبطون الوسائل التي تساعدهم على التذكر.

ومنذ بضع عشرات من السنين بدأ العلماء يفهمون الميكانيكية البيوكيميائية التي تساعد على التذكر والنسيان.

بعد التاريخ والكتابة تبدأ المحاولات لتنشيط الذاكرة, ومنذ عشرين سنة تحول الاهتمام إلى دراسة اللغة, وفي السنوات الأخيرة اقتنع عدد كبير من علماء النفس وخبراء الأعصاب والاختصاصيين في الدماغ والبيولوجي أن تحت الكلمات ومعانيها مجموعة كبيرة من الذكريات وتبقى الذاكرة أحد أهم الألغاز التي تتحدى ذكاءنا المسكين. وإذا لم يطرأ طارئ فإننا سنصبح بعد سنوات قادرين على معالجة أمراض الذاكرة كما نعالج الانهيارات وقد نلم أيضاً بمشكلة الشيخوخة. إذن الذاكرة نعمة من نعم الله على الإنسان, كما أنها أساس مهم للعملية الإبداعية. غالباً ما يستطيع صاحب الذاكرة القوية أن يربط بين الكلمات والأحداث والمواقف أكثر من صاحب الذاكرة الضعيفة, وذلك لأنه يحمل في عقله وذاكرته مادة الخام التي يصنع بها أي عمل إبداعي.

من هذا الباب يحسن بالإنسان أن يحرص على تحسين ذاكرته, وزيادة حفظه لأن ذلك يخدم (بطريقة غير مباشرة) أفكار إبداعية.

ومن الأساليب الجيدة في تدريب الإنسان على التذكر والتخيل أسلوب التذكر البصري, حيث تعرض مجموعة من الصور لمشاهدة بشكل متوالٍ ثم تحجب عنه ويطلب منه تذكر الصور بترتيبها الذي عرضت فيه, أو تذكر عدد من الصور دون ترتيب معين.

وقد ذكر الدكتور نجيب الرفاعي مهارات عديدة تعين الإنسان على تحسين ذاكرته وهي كما يلي:

١-استخدم قدرات المخ الأيمن:

إن المخ الأيمن يتميز عن المخ الأيسر بأنه يقوم بالأعمال التالية: الألوان, الخيال, أحلام اليقظة, الأبعاد, الحنان, الأصوات, فعلى قدر تشغيلك طاقة هذا المخ على قدر ضمان استرجاع المواد المخزونة فيه. فأنت كلما تخيلت الشيء المراد تذكره بألوانه الطبيعية وبأبعاده سواء الطبيعية أو المصطنعة, كأن تتخيل هذا الشيء كبيراً جداً, كلما كانت نسبة استرجاع المعلومة أقوى.

٢-الاهتمام والحماس:

حماس الإنسان لهدف ما في حياته يعنيه كثيراً على عدم نسيان العناصر المرتبطة بهذا الهدف. فكلما تحمس الإنسان لما يريد الوصول إليه كلما تذكر الأمور المرتبطة والمتصلة بهذا الهدف.

إن الطالب الذي يدرس مادة لا يحبها, إما بسبب صعوبتها أو بسبب تعقيد المدرس من خلال شرحه للمادة أو غير ذلك من الأسباب, فإنه لن يتحمس لدراسة هذه المادة ومن ثم ستكون النتيجة الطبيعية ضعف التذكر في تفاصيل هذه المادة.

٣-الترابط:

نستطيع أن نتذكر الأسماء بسهولة جداً إذا تم ربط هذه الأسماء بأشياء ملموسة ومحسوسة. فلو قابلت صديقاً جديداً وكانت أشباه هذا الصديق تنطبق إلى حد كبير مع شخص عزيز عليك, وكان اسمه أيضاً هو

نفس اسم الشخص العزيز عليك. فمن الأفضل ربط الشكلين مع بعض, بمعنى لو قابلت هذا الصديق مرة أخرى' بعد شهر مثلاً فإنك تستطيع أن تتذكر اسمه بربط شكله وشكل الشخص العزيز عليك, حيث يعطيك مخك اسم صديقتك الجديد.

٤-تستطيع أن تذكر الأشياء المرتبة والمنظمة بصورة أكبر مما لو كانت هذه الاشياء غير منظمة ربما تقول كيف؟

دعني أطبق معك هذا الاختبار القصير, اخرج ورقة وقلماً وبصورة سريعة وبدون إعادة حاول أن تقرأ الفقرة التالية ثم أعد كتابتها على الورقة التي معك:

برتقال-قلم- بصل- كرسي- تفاح- سبورة- بطيخ- قرع- مدرسة- خيار.

بعد المحاولة الأولى من هذا الاختبار دعني أعطيك نفس المعلومات السابقة ولكن بطريقة أخرى وحاول كذلك أن تعيد كتابتها: (برتقال, تفاح, بطيخ), (بصل, قرع, خيار) (كرسي, قلم, سبورة, مدرسة).

ستجد أنك في المحاولة الثانية استطعت استرجاع وتذكر المعلومة أكثر من المحاولة الأولى, والسبب في ذلك هو ترتيب العناصر, فهناك مجموعة الفواكه, ومجموعة الخضروات, ومجموعة الدراسة.

٥-النوم:

لقد اتضح للعلماء المختصين بالتذكر أن النوم يعين كثيراً على استرجاع المعلومات الصعبة كالأبيات الشعر, والكلمات الأجنبية

والعمليات أو المعادلات الرياضية والكيميائية وغيرها من المعلومات
التي يصعب حفظها في الجلسة الواحدة.

ينصحنا العلماء بعد تجاربهم أن يدرس أحدنا هذه المعادلات والنصوص التي يجد صعوبة في حفظها في آخر وقت من يومك, بمعنى قبل أن ينام بربع أو نصف ساعة ثم ينام ويتحرك الباقي الذي سوف يركز هذه المعلومات بصورة عجيبة في ذاكرته, أثناء نومه وراحته, سيجد نفسه حينما يستيقظ يردد وبكل سهولة ما كان عنده صعباً في حفظه قبل أن ينام.

٦-التطبيق العملي:

لماذا لا يخطئ الإمام كثيراً في قراءته؟ ولماذا لا تخطئ ربة البيت حين تعد أطباق الطعام؟ ذلك لأنهم يطبقون ما تعلموه في حياتهم.

٧- مكان الاستماع والتعلم:

مكان الاستماع والتعليم والتلقي وما يحيط به من مؤثرات يؤثر تأثيراً بالغاً في حفظ أو فقدان المعلومات. فعلى سبيل المثال: الطالب إن وجد فصلاً هادئاً يستطيع أن يستوعب المعلومات ويحفظها بل ويسترجعها أسرع من ذلك الطالب الذي يستمع إلى شرح المدرس وبجوار الفصل مصدر مزعج من الضجيج كآلات البناء وغيرها.

٨-الصلاة والخشوع:

يقول وليم ملتون مارستن الأخصائي في علم النفس, العقل الإنساني يصبح أداة مدهشة الكفاءة إذا ركز تركيزاً قوياً حاداً, وهذه القدرة تكتسب بالمرانة والمرانة, تتطلب الصبر, فإن الانتقال من الشرود إلى

حصر الذهن بيناً محكماً هو ثمرة الجهد الملح, فإذا استطعت أن ترد عقلك مرة أخرى, وخمسين مرة, ومائة مرة, إلى الموضوع الذي اعتزمت معالجته فإن الخواطر التي تتنازعك لا تلبث أن تخلي مكانها للموضوع الذي أثرته بالاختيار والعناية ثم تلقى نفسك آخر الأمر قادراً على حصر ذهنك بإرادتك فيما تختار.

ونستطيع أن نقول إن الصلاة في الإسلام هي تمرين على ملكة حصر الذهن في الإنسان, فالمصلي الذي يستطيع ويحاول بكل قدرته أن يحصر فكره طيلة الوقت الذي تستغرقه الصلاة, وهو ما يسمى بالخشوع, لا شك بأنه تنمو فيه ملكة حصر الذهن, وتصبح له أكبر معين في سائر الأعمال التي يزاولها.

٩-التقوى:

أو ما نسميها بالنظافة النفسية الداخلية, ولعل سائلاً يقول: وما هو أثر التقوى في الحفظ أو الذاكرة؟ والجواب أن التقوى تحدث حالة نفسية عجيبة هي مزيج من الهدوء والاهتمام والخشوع والتقدير والتأمل والتدبر ووزن الأمور, وهذا المزيج ينتج حافظة هائلة.

١٠-التكرار: ومن جملة العوامل التي تتدخل في تنمية الذاكرة التكرار فترداد قطعة من الشعر أو من النثر ٢٥ مرة يثبتها في الذهن أكثر مما لو كررت ١٠ مرات, هذا إذا تدخل عنصر التردد فقط.

١١-الارتباط بالأحداث:

إن ارتباط حادثة أو فرح أو حزن أو معركة ترسخ الذكريات أكثر.
وهذه طريقة القرآن الكريم لأنه كان يتنزل مع الأحداث.
فمثلاً سورة الأنفال تتكلم عن غزوة بدر, وقسم من سورة آل عمران يتناول غزوة أحد, وسورة الحشر تتكلم عن غزوة بني النضير كما أن قسماً من سورة النور حادثة الإفك وهكذا.

١٢- فهم الكلام.

كلما ازداد فهم القطعة كانت أسهل في الحفظ, وكلما تعقدت تعسر حفظها.

١٣- لجرس الموسيقي:

إن صيغة الكلام الجميلة تساعد في الحفظ, ولذا كان العلماء ينظرون العلوم بقصائد شعرية وقبل هذا الجرس القرآني فهو جرس موسيقي معين على الحفظ.

١٤- مصدر الكلام:

إن سماع الكلام من قائد غير سماع الكلام من رجل عادي, ومعرفة أن الكلام وحي من الله عز وجل يعطي سلطاناً على القلوب غير كلام البشر.

١٥- السلامة الجسمية:

الجوع يحرم الإنسان من تركيز فكرة, وبالتالي جودة الحفظ والاضطراب العام يحرم الإنسان من الإنكباب على الحفظ, وكذا المرض, والضعف, والوهن.

١٦- الوقت:

يعتبر الوقت الذي يكون قبل طلوع الشمس وكذا الوقت الذي يكون قبل الغروب هي أوقات اعتدال للحفظ والمذاكرة. والربيع فصـــــل طيـــب للمذاكرة, وهدوء الليل وقت جميل للتأمل وهكذا.

قال تعالى: (وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ وَقَبْلَ غُرُوبِهَا وَمِـــنْ آنَاءِ اللَّيْلِ فَسَبِّحْ وَأَطْرَافَ النَّهَارِ لَعَلَّكَ تَرْضَى)(طـــه: من الآيـــة١٣٠). صدق الله العظيم.

الإبداع بالمعايشة:

يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((المرء على دين خليله, فلينظر أحدكم من يخالل)). وقديماً قالوا: (الصاحب ساحب).إن تأثير الصاحب على صاحبه أو علمه السابقون واللاحقون, فالإنسان يعلو ويسمو بمصاحبة العلماء والمفكرين والمبدعين, كما أنه يسفل ويضيع بمعايشته للجهلاء والحمقى والمغفلين, ولذا قالوا: "الصاحب ساحب".

من هذا المنطلق ينبغي على العاقل "الذي يود أن يكون مبدعـــاً" أن ينتقي من يرغب في مصاحبتهم ومعايشتهم, فهم إما أن يكونوا سلماً للمجد أو يكونوا معولاً للهدم.

إن الاستماع إلى المبدعين, والتأمل في أفكارهم وآرائهم والنظـر في سلوكهم وتصرفاتهم, بالإضافة إلى محاولتهم ومجادلتهم كل ذلـك مدعاة لسموا التفكير ونمو الإبداع.

أنـت في الناس تقاس	بالذي اخترت خليلا
فاصحب الأخيار تعلو	وتنل ذكراً جميـلاً

اقرأ القرآن الكريم

الإعجاز العلمي للقرآن الكريم سيل منهمر لا ينضب معينه أبـداً, وفي إطار حديثنا عن الإبداع في التفكير وكيف يصبح الإنسان مبدعـاً في تفكيره الإنساني ثبت علمياً أن تـلاوة القـرآن الكريـم وترتيلـه والاستماع إلى آياته والإنصات لها يعزز القوى العقلية. وأن الـترددات الكهربائية الصادرة عن أصوات تلاوة القرآن الكريم تعد غذاء فعـالاً للعقل, وثبت أن الاستماع إلى القرآن يجعل العقل يصدر السـله مـن

الطاقات والترددات التي تعرف علمياً باسم موجات العقل, وهذه الترددات تتغير تبعاً للآيات والسور المختلفة, فإذا كنت تريد حقاً تزويد عقلك بالموجات الصوتية المغذية استمع للقرآن الكريم وأنصت جيداً لآياته وراقب جيداً كيف تزداد قواك العقلية, وكيف تصبح مبدعاً في تفكيرك.

وثبت فعلياً أن العقل الإنساني يحتاج إلى الاستماع إلى الآيات من كتاب الله كغذاء فعال للعقل والروح معاً أكثر من حاجة العقل إلى المغذيات الطبيعية أو الأعشاب الطبية, والفيتامينات وغيرها من منشطات العقل.

عليك يا صديقي أن تتعلم كيف تنصت وتستخدم أذنيك لتقوية عقلك وتزويده بغذاء العقل والروح الذي يحتاج إليه كي يصنع منك مبدعاً في تفكيرك الإنساني.

والعجيب فعلاً أن الاستماع للقرآن الكريم يزيل التشتت والضجر والنسيان السريع بعكس الاستماع إلى أي شيء آخر.

وإذا كنت تعاني من أي مشكلة بخصوص الإنصات والاستماع للقرآن الكريم فهنالك عدة خطوات يمكنك القيام بها من أجل الحصول على نتائج أفضل والإصغاء بطريقة أكثر فائدة, منها أن تحافظ على سلامة حاسة السمع لديك وهي الأذنان. واحرص دائماً أن تكون أذناك سليمتيْن وغير مسدودتين بالشمع وخالية من أي عيوب عضوية... وأن تدرب أذنيك على ممارسة الإصغاء بعناية لكل الأصوات التي في محيطك, وأن تركز في الوقت نفسه على تلك الأصوات الأكثر أهمية

لك, وأن تعطي لنفسك وأنت تستمع للآيات القرآنية فترات للاسترخاء متعددة كل ٣ أو ٦٠ دقيقة والتأمل لمدة دقيقة أو ثلاث وذلك لحاجة عقلك إلى هذا كي ينتظم. وأن تطلق العنان لفكرك وأنت تستمع للآيات في تدبر شديد وأن تنصت بانتباه لتجعل مهاراتك في الإصغاء على نفس درجة الأهمية لأي عمل ذهني آخر.

واحرص قدر استطاعتك على أن تظل يقظاً أثناء الاستماع ودوام على تذكير نفسك بأنك تستمع لتتدبر وتفكر وتغذي عقلك ولا تعط لأي عامل من عوامل التشتت الفرصة, واجلس هادئاً وركز انتباهك على الاستماع إلى الآيات البينات بإنصات تام.

وثبت أن السر في تركيبة عقولنا يكمن في أنه بالاستماع إلى القرآن الكريم تبقى خلايا مخك حية وسعيدة حتى أثناء فترات الضغط عليها. فالقرآن يهدئ النفوس المضطربة والمتوترة وبذلك يحمي المخ من التوتر الذي يسبب ضموراً في خلاياه أو يقلل من كفاءته وحيويته, وثبت توقف خلايا عن التناقص بعد دوام الاستماع إلى القرآن الكريم يومياً لمدة ثلاث ساعات على الأقل وزيادة قدرات المستمع على التركيز واستدعاء الذاكرة والقيام بعمليات حسابية لم يكن قادراً على القيام بها من قبل. ويكفي أن أقول إن القرآن الكريم عند الاستماع إليه أو القيام بتلاوته يجعل الإنسان المصاب بالأرق هادئاً ويحصل على قدر كاف من النوم أو الطعام أو الاسترخاء وهو ما لم يكن يحلم به على الإطلاق.

وعليك كي تصبح مبدعاً في تفكيرك الإنساني أن تغذي عقلك يومياً بالقرآن الكريم سواء مستمعاً له أو قارئاً يتلوه.

الإبداع بالحوار

يعتبر الحوار والنقاش من الوسائل النافعة لإثراء وتطوير أية فكرة أو رأي, ذلك لأن الحوار فيه تمحيص للأفكار, وإزالة الضعيف منها, وتنمية القوي فيها كما أن الحوار فيه تحريك للقوى العقلية والفكرية عند الإنسان.

يقول الشاعر:

ومن أمن الآفات عجباً برأيه   أحاطت به الآفات من حيث يجهل

ويقول محمود الوراق:

إن اللبيب إذا تفرق أمره   فتق الأمور مناظراً ومشاوراً
وأخو الجهالة يستبد برأيه   فتراه يعتسف الأمور مخاطراً
رأي الجماعة لا تشقى البلاد به   رغم الخلاف ورأي الفرد يشقيها

ولكن ينبغي أن ينتبه المحاور إلى أمور كثيرة أثناء محاورته مع الآخرين ومنها:

-أن يحاور العقلاء المبدعين.

-أن لا يكتفي بمحاورة فرد واحد, إذا كلما زاد عدد المحاورين كلما ساهم ذلك في تحسين فكرته الإبداعية وتطويرها.

-أن يختار الزمان والمكان والظرف المناسب للحوار والنقاش.

-أن لا يتأثر بتثبيط المثبطين من المحاورين, حيث أن بعض الناس لا يعيشون إلا في الظلام, ولا ينظرون إلا بعيون عمياء, ومن خلال نظارة قاتمة سوداء, وربما صدق فيهم قول القائل:

خفافيش أعماها النهار بضوئه ووافقها قطع من الليل المظلم

الإستراتيجيات الخمس لإدارة الإبداع

حتى تنجح أي مؤسسة في إدارة العملية الإبداعية لا بد لها أن تلتفت إلى خمس استراتيجيات وهي:

١- اعتبار الإبداع أحد الموارد الرئيسية التي ينبغي أن تدار من قبل الإدارة, وعدم ترك العملية الإبداعية للصدفة.

٢- ينبغي الاعتقاد بأن جميع الأفراد لهم قدرة على الإبداع.

٣- جعل الإبداع عملية واضحة وسهلة للأفراد. مع ضرورة إقناعهم بقدرتهم على الإبداع وتدريبهم على ذلك.

٤- توجيه العملية الإبداعية لتكون إحدى الجامعات الرئيسية والإستراتيجية للعمل.

٥- إحداث وصناعة بيئة ثقافية ترفع من مكانة وقيمة الإبداع في المؤسسة, وذلك من خلال تطبيق العملية الإبداعية بصورة جيدة, وكذلك مساواة المهارة الإبداعية بالمهارات الأخرى المطلوبة, واعتبار الإبداع أهم معايير جودة العمل وكفاءة الموظف بالإضافة إلى توفير الحافز المادي والمعنوي للمبدعين.

التفكير المبدع يضع حداً للخلافات الشخصية (علاقة مع الحماة).

يمكن أن تباشر الزوجة سياسة جديدة تجاه حماتها هي سياسة لو جربتها مرة واحدة, ثم واظبت عليها بانتظام, فلن تخسر شيئاً بل ستربح أشياء, لعل أولها راحة البال وآخرها كسب الحماة إلى جانبها ومن ثم ستزول معالم التوتر ومظاهر التأزم ومسببات العداء بين الطرفين بصفة دائمة ونهائية, فلو قامت الزوجة بهذه التصرفات والأعمال التي سأشرحها فيما يأتي فأعتقد أن النتائج ستكون أكثر من باهرة والثمرات أكثر من طيبة.

❖ التعامل بإنسانية مع الحماة

من الضرورة النظر لأم الزوج كبديل للأم الحقيقية. فالمرأة عبارة عن كتلة عواطف ومشاعر, ويمكن التأثير الإيجابي عليها بالكلام الدافئ, أما النظر للحماة كوحش كاسر أو كفرد يتعاطى الغيرة والكيد وحبك

المؤامرات ليل نهار. فهذا نظر خاطئ, إذ أن التعامل السيء مع أي إنسان يجعل منه فرداً سيئاً, والتعامل الطيب معه كقاعدة عامة- يولد مشاعر طيبة.

❖ تجنب التعاطي بالشكوى

من الضرورة أن تتجنب الزوجة الشكوى للزوج عما فعلته أمه بها, إذ أن الرجل يعود للبيت متعباً, ولا يرغب بسماع الأخبار المغصة والحوادث الأسرية المزعجة, إنما يرغب أن يتناول طعامه وسط أجواء تسودها الراحة والأنس, ومن الضروري إسماعه كل ما يبهجه ويثير السرور في نفسه ويقلل من تعبه. إذ أن النكد وكثرة الشكوى والإعتياد عليها قد تولد نتائج غير حميدة.

❖ تعضيد الزوجة لحماتها

من الضرورة أن تعضد الزوجة حماتها في السراء والضراء, وتدافع عنها أمام الجميع سواء كان زوجها أو أقاربها, أو الغرباء, أمامها وخلفها ومن ثم ستحس الحماة أن هذه الزوجة تحبها بصدق وإخلاص.

❖ الانتظام في تفقد الحماة:

من الضروري أن تتفقد الزوجة حماتها إذا كانت تسكن في منزل آخر, وتلح على زوجها لزيارة أمه, فإذا أدركت الحماة أن زوجة ابنها دؤوبة على زيارتها بل وحريصة على مرافقة ابنها معها احتراماً للحماة وتقرباً منها, حينئذ تشعر الحماة بأن هذه الزوجة قد تكون أفضل من بناتها!!.

❖ احترام خصوصية العلاقة بين الابن والأم.

مهما كانت القرابة بين الزوجة وزوجها فثمة خصوصية في العلاقة الشخصية بينه وبين أمه, ومن ثم يتعين على الزوجة احترام هذه العلاقة بكل الوسائل والأساليب. فإذا همس الزوج في أذن أمه فمن القباحة أن تحرص الزوجة على معرفة ماذا قال الابن لأمه, وإذا شاهدتهما يتهامسان أو يتحاوران بعيداً عن الآخرين فمن الوقار وحسن الخلق أن تدرك الزوجة أن الأمر لا يعنيها البتة, فلا تستجوب زوجها لمعرفة جلية الأمر ولا تستنبطه حول ما دار بينه وبين أمه, فإذا لاحظت الحماة أن الزوجة تحترم هذه الخصوصية فإنها ستزيد من محبتها لها, أما إذا لاحظت أن هذه الزوجة تدس أنفها في شؤونها أو تحاول أن تستحلي الأسرار أو المسائل الشخصية دون أن تشرك في ذلك فستعد إنسانة فضولية غير جديرة بالاحترام ولا تستحق المحبة وهذا أمر ليس في صالح الزوجة, كما أن تدس أنفها في كل صغيرة وكبيرة خاصة بالعلاقات بين الأم والابن سيجعل منها طفلة صغيرة

العقل, وسوقية السلوك, ومثل هذه الشخصية قابلة للعيش بالمنغصات والمتاعب غير السعيدة.

❖ تجنب التدخل في شؤون الحماة.

إذا حاول الزوج الاتفاق مع أمه فليس من العدل أن تمنعه زوجته. وإذا شعرت الحماة بأن الزوجة تمنع ابنها من الاتفاق معها أو تمنعه من جلب بعض السلع لها (بحجة أن البيت أولى بها أو الأولاد أحوج له!!) فإنها ستحقد عليها لأن ابنها ليس إلا فلذة كبدها وما الزوجة إلا غريبة عنها في الأغلب الأعم, لذلك من الضروري أن تشجع الزوجة زوجها على تفقد أمه ورعايتها نفسياً والإنفاق عليها مالياً.

❖ استدعاء الحماة للمصاحبة عند أي سفرة أو نزهة:

من الضروري أن تدعو الزوجة حماتها للمجيء معهم عند أية زيارة أو سفرة أو نزهة يقومون بها هي وزوجها وأولادها إلى منتزه أو أي مكان ترويحي آخر أو زيارة أشخاص أعزاء يسمح الظرف بمصاحبة الحماة معهم إليهم.

❖ الطعام أسير القلوب

من الأصول الأخلاقية ألا تكلف الزوجة حماتها بالطبخ إذا جاءت عندها أما إذا أصرت الحماة على ذلك فمن الواجب احترام رغبتها, أما إذا ذهبت الزوجة إلى منزل الحماة فمن المستحسن أن تأخذ معها طبقاً من الطعام الذي تحبه الحماة, ومن الضروري ألا ترغم الزوجةحماتها على تناول طعام لا يلائم سنها أو يتناقض مع أمراضها, وإنما تجلب لها طعامها اللذيذ المفضل فللطعام أثر سحري على النفوس البشرية!!.

المسارعة في إبداء المساعدة

إذا كانت لدى الحماة حملة تنظيف في بيتها أو عمل أو وليمة أو مأدبة طعام لضيوفها أو أي عمل آخر تحب من الآخرين مساعدتها فمن المستحسن أن تبادر الزوجة بتقديم أقصى درجات العون والنجدة لها, ومن ثم ستشعر الحماة بأن هذه الزوجة إنما هي الأقرب إلى قلبها من أي إنسان آخر ففي ظل المساعدة المتبادلة والعون المشترك تنمو القلوب بالمحبة والمودة.

❖ تغذية محبة الأطفال لجدتهم

من الضروري أن تربي الزوجة أولادها على محبة جدتهم وجدهم (من الوالدين معاً) وأن يقدموا للجدة فروض التوقير والتقدير فتقول لطفلها مثلا: (قبل جدتك فهي تحبك, أو هات بوسة للجدة). ويجب أن تعود الزوجة أولادها على المحبة واحترام الضيوف والأقرباء والأهل وكبار السن والغرباء.

❖ ترك البيت بعد الزيارة أنظف مما كان

قد يخلق الأطفال فوضى في بيت جدتهم, وقد يوسخونه بشكل يزعج الجدة, ويتعين على الزوجة في هذه الحالة تنظيف البيت قبل مغادرته إضافة إلى تنظيفه بحيث يصبح أجمل مما كان, فالأطفال يحبون الفوضى وقد يرمون بالمخلفات أو النفايات في غير الأماكن المخصصة لها, وحينئذ قد تبدي الجدة انزعاجها أو قد تكتمه محبة بأحفادها, فمن الضروري أن يبهج الأحفاد الجدة أو الحماة لا أن يسببوا لها منغصات أو ازعاجات مهما كانت صغيرة أو تافهة.

❖ العمل على تقليل صخب الأولاد

بما أن الكبير ينزعج انزعاجاً شديداً من الأصوات العالية سواء صدرت من الأطفال أو من الأجهزة الكهربائية أو من لعب الأطفال فمن الضروري منع الأولاد من إحداث أي ضوضاء أو ضجيج أو صخب, وإخراجهم للحديقة أو إلى باحة الدار أو خارجه كي يلهوا ويلعبوا دون أن يزعجوا الجدة (الحماة) بضوضائهم. ومن المستحسن تهيئة أقصى درجات الهدوء والسكينة والراحة للحماة إذ من المفروض أن يترتب على الزيارة الانتهاج لا الإزعاج.

❖ استبقاء الحماة أكبر وقت ممكن أثناء الزيارة.

إذا زارت الحماة الزوجة, فمن الأدب أن تستبقيها أطول وقت ممكـــن, فإذا رغبت بالمغادرة فمن المودة وحسن الخلق أن تطلب منها البقـــاء أكثر فأكثر. وحينئذ تزيد محبة الحماة لزوجة ابنها وتـــدرك أن هــذه الزوجة محبة لها حقاً وحتماً.

❖ تدليل الحماة ومنحها الأولوية

الحماة امرأة كبيرة, وهي مهيئة للانتقال للرفيق الأعلى مـــهما طــال الزمن, لذلك من الضروري أن تشعر أن لمطالبها القابلـــة الأولويـــة, ولرغبتها المشروعة سرعة التحقيق, ولا تزاحم الزوجة حماتها مطلقـــاً في المطالب أو الرغبات, فهذه الإنسانة (الحماة) ترغب أن تدرك كـــل يوم أنها ما زالت في موضع التقدير والتوقير, وأنها ما زالت متمتعـــة بنفوذها الروحي وسلطتها المعنوية وأنها مرغوبة دائماً.

❖ الابتسامة والابتسامة ثم الابتسامة

يتعين أن تعتاد الكنه أن تقابل حماتها بوجـــه طلـــق وابتســـامة صادقة, فالابتسامة تزرع المودة في القلوب, وتزيل جليد العلاقـــات المتوترة. والإنسان يحب أن يعامل بابتسامة فـــإذا اســـتقبلت الزوجـــة حماتها بابتسامة عريضة صادقة من قلـــب مؤمـــن فإنـــها (الحمـــاة)

ستستقبلها بابتسامة أعرض وبوجه أكثر طلاقة وهكذا فالابتسامة هـي أيسر السعادة.

والزوجة تقدر أن تتعلم الكثير من الحماة إذا أحسنت معاملتها ولكنها تخسر مستقبلها أو راحتها إذا عاملتها معاملة دنية, أو فظة, أو عدائية فالإسلام كدين حنيف وشريعة سمحاء يأمرنا أن نحسن معاملة الكبير وكلما كان إيمان الزوجة عميقاً وصادقاً كان تعاملها مع حماتها في ضوء هذا الإيمان, وحسن نية الزوجة وإيمانها بالمثل الإسلامية العليا لتطوير علاقاتها مع الحماة (ومع الآخرين عموماً) نحو وضع أخلاقي ونفسي حميدين.

❖ صفوة القول في هذا الشأن:

أن الفلسفة التي تقوم عليها هذه السياسة التي تم بيان مفرداتها قائمة أولاً على أساس التضحية, تضحية الصغير للكبير, وتضحية الأدنى للأعلى, فالصغير الذي يجلس على مقعد في الحافلة عليه أن يتنازل عن مقعده للعجوز الواقف أو الواقفة, والبنت تضحي لأمها والابن يضحي لأبيه والزوجة ينبغي أن تضحي لحماتها, فالتضحية هي جوهرة المروءة وهي التي تصنع السعادة بين البشر, فـإذا عزفت الزوجة عن التضحية لم تكسب ود زوجها ولا أمه وأعتقد أنها في هذه الحالة خاسرة لا محالة.

الإبداع في تقبل الاختلاف مع الآخرين

لكل منا شخصيته المميزة, ونظرته الخاصة للحياة. وكـــل منـــا يفضل أشياء معينة, ويفسر الأمور من منظوره الخاص, ولأننا تربينـــا وتعلمنا أن نفكر بطرق معينة, فإن لكل منا أسلوبه الخاص في قـــض المنازعات, ونظرياته الخاصة في تفسير أسباب حدوث الأشياء. ومـــا يراه البعض مهما قد لا يكترث به الآخرون, ولكل شخص القدرة علـى انتقاد وإيجاد الأخطاء في أسلوب التفكير وتصرفات الآخرين, ويمكـــن لكل شخص أن يثبت أن نظرته واقعية عن طريق التركيز على بعـض الأمثلة التي تؤيد وتدعم ما يقول أو يعتقد, أي أن كل شـــخص يـرى نظرته للحياة صحيحة ومنطقية, ولها ما يبررها.

والمشكلة أن هذا الأمر لا يقتصر على شخص دون الآخر.

فشركاء حياتنا وأولادنا وآباؤنا وأصدقاؤنا وجيراننا وغيرهم مـن الناس على اقتناع بأن نظرتهم للواقع نظرة دقيقة كـــل دقيقـة. ومـــن الصحيح تماماً أن تتوقع من الآخرين ألا يفهموا لماذا أنـــت لا تـــرى الأمور كما يرونها؟ وأنهم يظنون أن كل شيء سيكون على ما يـــرام إن استطعت أن تحذو حذوهم.

فلماذا إذاً- وكلنا يعرف ذلك- يستمر الإحباط والضيـــق لدينـــا بسبب أننا نختلف كثيراً؟ ولماذا نغضب بسهولة عندما يعـــبر شـــخص نعرفه أو نحبه عن رأي مغاير أو وجهة نظر مختلفة, أو يفسر شـــيئاً تفسيراً مختلفاً, أو عندما يرى أننا على خطأ؟ وفي رأي أن إجابة هـــذا

السؤال بسيطة للغاية, إننا ننسى أن كلاً منا يعيش في واقع منفصل من الناحية النفسية, وأن العوامل المختلفة التي تؤثر التي تؤثر في الآخرين. فطفولتي وخبرات حياتي كانت وستظل مختلفة عن طفولتك وخبرات حياتك, ولهذا تختلف نظرتي للحياة عن نظرتك, وما يغضبني قد لا يؤثر فيك البتة, والعكس أيضاً صحيح بالنسبة إليك ولكي تصبح أكثر طمأنينة, وأقل حدة عليك أن تذكر نفسك بأن الاختلاف سنة الحياة, وبدلاً من أن يدهشك هذا عليك أن تتعلم توقعه وتقبله.

وبدلاً من أن تغضب عندما يختلف معك من تحب, حاول أن تقول لنفسك "بالطبع له نظرته الخاصة لهذا الشيء", وبدلاً من أن تكون متحفزاً للصراع عندما يختلف تفسيرك لحدث ما عن تفسير شخص آخر, حاول أن تتذكر بفرح تلك اللحظات وامتنان تلك اللحظات التي اتفقتما فيها, حتى ولو كانت لحظات نادرة.

أن تقبل الاختلاف لا يعني أن وجهة نظرك أقل أهمية أو أقل صحة, بل يعني أنك لن تصاب بالإحباط بسبب أن الآخرين لا يتفقون معك دائماً, أو لا يرون الأمر كما تراه, وقد تريد في كثير من الأحيان أن تتمسك بآرائك وقيمك, وهذا من حقك, ولكن لا تنسى وأنت تفعل ذلك أن تبدي احتراماً وتفهماً لآراء الآخرين أيضاً.

فهذا ينهي قدراً كبيراً من المشاكل ويضع حداً للخلافات والمناقشات التي يمكن أن تحدث. وفي معظم الحالات يحس الشخص الذي تختلف معه بمدى احترامك له, ومن المحتمل جداً أن يكون أكثر تقبلاً لك أيضاً.

وعلاوة على ذلك فإنك عندما تعتاد التعامل بسلاسة مع الآخرين ستجد نفسك أكثر اهتماماً بالآخرين وبآرائهم مما يجعل وجودك معهم مصدراً للثقة والراحة, وسوف تتعلم أن تأخذ من الآخرين أفضل ما عندهم, وتسمح لهم أن يأخذوا أفضل ما عندك, وبهذا يكسب الجميع.

وقد ساعد هذا التحول في الرأي الكثير من الزيجات والصداقات والعلاقات العائلية كما رأيت بنفسي.

وهذا شيء لا صعوبة فيه, كما أنه يحمل قدراً كبيراً من المتعة, فابدأ من اليوم إذاً في تقبل الاختلاف فهو جهد يستحق ما يبذل فيه.

لا تحط من قدر نفسك

إنه لأمر محزن بيد أنه حقيقي أن نسبة كبيرة منا لديها عادة سلبية ألا وهي الحط من أقدارنا, والانتقاد المفرط لأنفسنا. إننا سنقول (أو نعتقد) أشياء مثل "التي مفرط البدانة, أو إنني عديم الفائدة, أو أنا لا أفعل شيئاً مطلقاً بشكل سليم". هل خضت في هذا التفكير غير الضروري على الرغم من شيوعه بكثرة؟.

إن مشكلة الحط من قدرك تكمن في أنك ستجد دائماً تأكيداً لما تتطلع إليه, فأنت لا تفكر في الأشياء الرائعة لديك, أو كم لديك من الخصال الإيجابية؟ وبعبارة أخرى فإننا لدينا جميعاً ميل نحو إيجاد شيء نفترض أنه حقيقي, دون النظر إلى تحقيق هذا الافتراض

وحدوثه لأن تفكيرنا يميل بشكل يكاد يكون دائماً إلى إصغاء صفة الشرعية على ما نفعله.

فإذا ركزت انتباهك مثلاً على الأرطال الخمسة الأخيرة التي زادت من وزنك والتي لا تبدو أنك ستفقدها فإنك ستلاحظها دائماً عندما تتفحص مقاس خصرك ولن تعجب حقيقة أنك بشكل عام في صحة ممتازة ولن تقدر على تلك الحقيقة. أو إذا قلت لنفسك "أنك تبغض اجتماع شمل العائل". فإنك ستميل إلى البحث دائماً عن برهان وستجده دائماً بشكل ما على عدم اغتباطك عند كل حدث عائلي.

فبدلاً من الاستمتاع بأفراد عائلتك المحبين إليك, فإنك ستميل إلى ملاحظة صوت العمة (سارة) الجهوري, وملاحظة ميل أخوتك نحو التفاخر والتباهي, أو أنك ستركز على أحد أفراد العائلة, وتنتقده, لأنه يميل نحو الإفراط في التباهي, ولن تسعدك حقيقة أن عائلتك مكونة بشكل عام من جماعة من الأقارب الطيبين حقاً.

ولذلك فإنك ستدرك أنك إذا أنقصت من قدرك لأي سبب من الأسباب. بإمكانك دائماً إيجاد الدليل على صدقك, الأمر الذي يجعل من الممكن أنك ستسهم في تقليل احترام الذات وفي زيادة المشاعر السلبية.

إن حطك من قدرك سيزيد من عيوبك دون إصلاحها, وذلك عن طريق توجيه اهتمام وطاقة غير ضرورية نحو كل اعتقاد خاطئ لديك, دون ما هو صحيح, وثمة مسألة مهمة يتعين عليك مراعاتها, وهي: لما تفعل هذا, وأنت على يقين بأن النتيجة الوحيدة المحتملة هي

منظور ومشاعر أكثر سلبية, وتقدير أقل لنعمة الحياة, تلك النعمة الجميلة! إن حطك من قدرك أيضاً يجعلك تبدو للآخرين وكأنك تشعر بأنك ضحية من نوع ما.

فالأشخاص الذي يحطون دائماً من أقدارهم, يراهم الآخرون كأشخاص كثيري الشكوى, يعوزهم التقدير لحياتهم, ناهيك عن المثل الذي سيضربونه لأطفالهم وأسرتهم وأصدقائهم, إنني آمل أن أكون قد بدأت في إقناعك أن حطك من قدرك يعتبر فكرة سيئة, لها عواقب وخيمة.

ومن الواضح, أن لكل منا جوانب في شخصيته يرغب في تحسينها, وبإمكانه تحقيق ذلك. فأحد الأشياء الكثيرة التي أريد أن أفعلها -على سبيل المثال- هو أن أكون أكثر تجلداً. فأنا أشعر في بعض الأحيان أنني مفرط في رد الفعل, وسريع الانزعاج. بيد أن هذا لا يعني أن أوسع نفسي ضرباً وجلداً للذات, لا لشيء إلا لأنني اعترف بكوني بعيداً عن حد الكمال.

ولن يسفر ذلك إلا عن تفاقم المشكلة, أو يجعلني أشعر بأسوأ مما أشعر به الآن نحو المسألة. إن علمي بأن لدي الفرصة من أجل التحسن, واتخاذ القرار, والالتزام الشخصي بمواصلة العمل نحو تحقيق هدف التجلد والصبر, وهو أفضل أسلوب يساعدني على ذلك فكلما كنت غفوراً وصبوراً مع نفسي, كلما كان من الأيسر علي أن أواصل طريقي نحو تحقيق المزيد من التجلد والصبر, وكلما كنت أكثر قبولاً للاحتفاظ بصبري مع الآخرين.

ومهما كانت القضايا التي تعمل من أجلها, ومهما كان الشيء الذي ترغب في تحسينه في نفسك, فعليك أن تعلم أنه من بين أسوأ ما يمكنك فعله هو أن توبيخ نفسك منتقداً إياها. فلنبدأ وتحاول أن تتحسن, وتعترف بنقاط ضعفك, وتفعل ما بوسعك كي تعالج نفسك وتقويها. ولكن كن رفيقاً بنفسك, لا تحط من قدرك أمام الآخرين, أو حتى عندما تختلي بنفسك فلا أحد يود سماعك وأنت تقول ذلك, إني آمل أن تكون قد بدأت تدرك كم هي مدمرة تلك الخصلة في الواقع.

لذا فلتتغلب عليها, فلن يبلغ أحدنا أبداً حد الكمال, ولكن حطك من قدرك ليس بعلاج لتلك الحقيقة الواقعة.

الإبداع بالالتفاف:

طريقة "الالتفاف" من الطرق الجيدة لتوليد أفكار بديلة إبداعية, ولكسر وتغيير كثير من المفاهيم والقناعات والمواقف غير المناسبة.

إن الرجوع إلى المفهوم الأساسي, ووظيفته, أو الغرض الذي برز من أجله, والظروف الحاكمة في ذلك الوقت, يمكننا من الالتفاف حوله إلى أفكار جديدة تساعد على تغيير المفهوم بدلاً من انتظار تطوره.

وعلى الرغم من أن هذا الأسلوب يبدو سهلاً إلا أنه, وعند التطبيق, يكون صعباً للغاية, فكثير من الأمور المسلم بها لا نلاحظها لأنها ببساطة مسلم بها, فليس كافياً أن يكون لنا وعينا بالموقف أو

المشكلة ككل, وإنما الأهم من ذلك هو إبراز بعض الجوانب والتعبير عنها شفوياً.

وتعتمد تقنية الالتفاف على قدرة المفكر على أن يكون دقيقاً جداً فيما يريد الالتفاف حوله. وتمر تقنية الالتفاف بالخطوات التالية:

١- تحديد الموضوع ومن ثم الهدف المرجو تحقيقه.
٢- تحديد الأمور المسلم بها والمحسومة في هذا الموضوع أو في تلك المشكلة.
٣- دراسة الظروف التي تسببت في اختيار هذا المفهوم أو في التسليم بتلك القناعة أو في اتخاذ ذلك القرار, وبمعنى آخر دراسة حيثيات القرارات المتخذة والقناعات المسلم بها والأمور المحسومة.
٤- الالتفاف حول تلك الأمور المسلم بها ومحاولة تغييرها وطرحِ أفكار جديدة إبداعية.

فمثلاً لو أردنا من شخص ما أن يدرس موضوع نظام الترقيات في مؤسسة ما, وكان هدفه إيجاد طريقة إبداعية جديدة في نظام الترقيات, وبعد دراسة الأمور والمفاهيم المسلم بها في نظام الترقيات المعمول به وجد أن المسلم به كما يلي:

١- الأفضلية في الترقية للمواطنين.
٢- الأفضلية للأقدمية.
٣- تتم الترقية إذا كان هناك شاغر.

وبعد تحديد الأمور المحسومة يمكن الالتفاف حول بعضها أو جميعها فمثلاً يمكن تعديل النظام بحيث يكون هناك ترقية.

نعم ... و

اعتاد الناس عند سماعهم لفكرة جديدة أنهم يستخدمون معها طريقة (نعم... ولكن) بمعنى أن هذه الفكرة جيدة ولكن ينقصها كذا وكذا أو أن فيها من السلبيات كذا وكذا, وبمعنى آخر أنهم يركزون على سلبيات الفكرة, أو يرفضونها بطريقة مهذبة.

ولا شك أن هذا الأسلوب يتسبب في إحجام كثير من الناس عن طرح أفكار جديدة, وقد يتسبب في قتل بعض الأفكار الجيدة وهي في مهدها.

إن الأسلوب الإبداعي الأمثل في تعاملنا مع الأفكار الجديدة والغريبة هو استخدام طريقة (نعم... و) أو **(po) (proactive-opposition)** وهي **(موافق... ولكن ماذا أيضاً)**.

هذه طريق تختلف عن طريقة (نعم ...ولكن) إذ أن طريقة (نعم...و) لا تركز على السلبيات وإنما تطالب بأفكار جديدة أخرى دون أن ترفض الفكرة المطروحة أو تركز على سلبياتها, ولسان حالها يقول: نعم أؤيدك في هذه الفكرة, ولكن ماذا عندك (أو عندكم) من أفكار جديدة, وذلك حتى يتم حصر كل الأفكار ومن ثم اختيار أنسبها دون هدم لفكرة أو لرأي وهو في مهده. إنها طريقة إبداعية جيدة, حاول أن تجربها وستجد نفعها بإذن الله تعالى.

التقويم بالأسئلة السبعة

حتى تنجح الفكرة الإبداعية وتتحول من فكرة إلى واقع نافع ملموس لا بد من مراعاة عدة أمور مهمة يمكن بها تقويم الفكرة الإبداعية, وهذه الأمور يمكن صياغتها على شكل أسئلة سبعة وهي كما يلي:

(١) هل الفكرة حقاً فكرة إبداعية؟ أي هل هناك تطوير لفكرة قديمة أو إيجاد لفكرة جديدة وإن كانت بسيطة وصغيرة؟

(٢) هل هناك فائدة حقيقية يمكن أن تحققها هذه الفكرة (رفع مستوى الجودة, زيادة الإنتاج, تقليل التكاليف, اختصار الوقت, تبسيط الإجراءات, تحسين الخدمة, ...الخ)؟

(٣) هل يمكن للآخرين أن يتقبلوا هذه الفكرة؟ أو هل يمكن إقناعهم بها؟

(٤) هل يمكن توفير الإمكانات البشرية والمادية اللازمة لتحقيق الفكرة؟

(٥) هل هناك سلبيات ومخاطر يمكن أن تنجم عن هذه الفكرة؟ وهي سلبيات الفكرة أكبر من إيجابياتها وفوائدها؟

(٦) هل هناك أشياء مثيرة في الفكرة؟

(٧) هل الفكرة واقعية؟ وبمعنى آخر هل يمكن تحقيق الفكرة على أرض الواقع؟

تمرين

إلى أين أنت مبدع؟

بعد كل عبارة من العبارات التالية أشر إلى درجة موافقتك عليها.

(١) أوافق بشدة.

(٢) لا أوافق.

(٣) إلى حد ما أو لا أعرف.

(٤) لا أوافق.

(٥) لا أوافق بشدة.

لا تحاول تخمين كيف سيجيب الشخص المبدع, بل ضع إجابتك أنت بصدق, فالتقويم منك ولك.

١- اعمل دائماً وأنا واثق أنني أتبع الإجراءات الصحيحة لحل المشكلة التي تواجهني.
٢- من مضيعة الوقت أن أسأل أسئلة لا أتوقع لها إجابات صريحة أو صحيحة.
٣- أعتقد بأن المنهج المنطقي والمتدرج هو أفضل الوسائل لحل المشكلات.
٤- أحياناً أعبر عن آراء تزعج بعض الناس.
٥- احرص كثيراً على كيفية تقويم الآخرين لي.
٦- أشعر بأن لدي مساهمة خاصة أقدما للعالم.
٧- أن أعمل ما أؤمن به أهم عندي من أن أحاول أن أكسب رضى الآخرين.
٨- الذين يبدون بأنهم متأكدين من الأمور يفقدون احترامي.
٩- أستطيع التعامل مع المشكلات الصعبة لفترات طويلة.
١٠- أحياناً أتحمس جداً تجاه بعض الأمور.
١١- كثيراً ما أحصل على أفضل الأفكار عندما أكون فارغاً لا أعمل شيئاً.

١٢- أعتمد على أحاسيسي الداخلية ومشاعري للتمييز بين الصواب والخطأ عند المبادرة لحل مشكلة ما.

١٣- عند حل مشكلة ما, أعمل بشكل أسرع عند تحليلها وأبطأ عند تجميع وتصنيف المعلومات التي حصلت عليها.

١٤- أحب الهوايات التي تتعلق بجمع الأشياء.

١٥- تساعدني أحلام اليقظة كحافز لكثير من مشاريعي الأكثر أهمية.

١٦- لو كان لي الأمر أن أختار, فإني أفضل أن أكون طبيباً على أن أكون جوالاً.

١٧- أستطيع التعامل بسهولة مع الناس إذا كانوا ينتمون إلى نفس الطبقة الاقتصادية والاجتماعية التي أنتمي إليها.

١٨- لدي قدر عال من الإحساس بجمال الأشياء.

١٩- إن الاحساسات الداخلية لا يعتمد عليها في حل المشكلات.

٢٠- يهمني أن أقدم أفكاراً جديدة أكثر من اهتمامي بمحاولة الحصول على موافقة الآخرين عليها.

٢١- أميل إلى تجنب المواقف التي تشعرني بأنني غريب عن الآخرين.

٢٢- عند تقويم المعلومات تهمني مصادرها أكثر من مضمونها.

٢٣- أحب الذين يتبعون الشعار القائل (العمل قبل التسلية).

٢٤- احترام الذات أكثر أهمية من احترام الآخرين.

٢٥- أشعر بأن الذين يسعون نحو تحقيق الكمال أشخاص غير حكماء.

٢٦- أحب العمل الذي أؤثر فيه على الآخرين.

٢٧- من المهم بالنسبة لي أن يكون هناك مكان لكل شيء وأن يكون كل شيء في مكانه الصحيح.

٢٨- الذين لديهم الرغبة لتبني الأفكار الغريبة أشخاص غير عمليين.

٢٩- أستمتع بتضييع الوقت مع الأفكار الجديدة ولو لم يكن هناك فائدة عملية ترجى.

٣٠- عندما لا تثمر طريقة ما في حل مشكلة... أستطيع أن أغير طريقة تفكيري بسرعة.

٣١- لا أحب طرح أسئلة تظهر جهلي.

٣٢- أستطيع تغيير رغباتي لتتناسب مع العمل الذي أقوم به أكثر من قدرتي على تغيير الوظيفة لتتناسب مع رغباتي.

٣٣- إن العجز عن حل مشكلة ما يرجع في كثير من الأحيان إلى طرح الأسئلة الخاطئة.

٣٤- أستطيع في كثير من الأحيان توقع الحل للمشكلات التي تواجهني.

٣٥- من المضيعة للوقت تحليل النتائج الفاشلة.

٣٦- لا يلجأ إلى الاستعارات والتشبيهات إلا المفكرون غير الواضحين.

٣٧- أحياناً أستمتع بمشاهدة الحيل العبقرية للمجرمين في التمثيليات التلفزيونية لدرجة أنني كنت أرجو أن لا يقبض عليهم.

٣٨- أحياناً كثيرة أبدأ العمل لحل مشكلة ما قبل أن أحددها أو أعبر عنها.

٣٩- أحياناً كثيرة أنسى الأشياء مثل الأسماء والشوارع والطرق السريعة والمدن الصغيرة...الخ.

٤٠- أشعر بأن العمل الشاق هو العامل الأساسي للنجاح.

٤١- اعتباري عضو مقبول في الفريق أمر مهم لي.

٤٢- أعرف كيف أضبط مشاعري الداخلية.

٤٣- أعتبر نفسي شخصاً مسؤولاً ويعتمد عليه.

٤٤- أكره الأمور الغامضة وغير المتوقعة.

٤٥- أفضل العمل مع الآخرين كجهد جماعي على العمل الفردي.

٤٦- تكمن المشكلة مع كثير من الناس في أنهم يأخذون الأمور بجدية أكثر من اللازم.

٤٧- أفكر كثيراً في مشاكلي ولا أستطيع التخلص من التفكير فيها.

٤٨- أستطيع التخلي عن الكسب السريع والراحة من أجل الوصول إلى أهدافي.

٤٩- لو كنت أستاذا جامعياً لقمت بالتدريس في المقررات المبنية على حقائق وليست تلك التي تعنى بالأفكار النظرية.

٥٠- إنني أفكر كثيراً في لغز الحياة.

تعليمات خاصة بالإجابات

لكي تحسب الإجابات, ضع (في الجدول التـــالي) دائـــرة عنـــد درجتك ثم اجمع الدرجات.

الرقم	(أ) أوافق بشدة	(ب) أوافق	(ج) إلى حد ما أو لا أعرف	(د) لا أوافق	(ه) لا أوافق بشدة
١	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٢	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٣	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٤	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٥	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٦	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٧	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٨	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٩	+٢	+١	صفر	-١	-٢
١٠	+٢	+١	صفر	-١	-٢
١١	+٢	+١	صفر	-١	-٢
١٢	+٢	+١	صفر	-١	-٢
١٣	-٢	-١	صفر	+١	+٢
١٤	-٢	-١	صفر	+١	+٢
١٥	+٢	+١	صفر	-١	-٢

١٦	-٢	-١	صفر	+١	+٢
١٧	-٢	-١	صفر	+١	+٢
١٨	+٢	+١	صفر	-١	-٢
١٩	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٢٠	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٢١	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٢٢	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٢٣	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٢٤	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٢٥	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٢٦	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٢٧	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٢٨	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٢٩	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٣٠	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٣١	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٣٢	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٣٣	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٣٤	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٣٥	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٣٦	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٣٧	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٣٨	+٢	+١	صفر	-١	-٢

٣٩	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٤٠	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٤١	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٤٢	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٤٣	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٤٤	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٤٥	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٤٦	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٤٧	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٤٨	+٢	+١	صفر	-١	-٢
٤٩	-٢	-١	صفر	+١	+٢
٥٠	+٢	+١	صفر	-١	-٢

المجموع:

أنظر إلى تفسير التمرين في الصفحة التالية, ولكن بعد أن تنتــهي من إجابة التمرين وحساب الدرجات.

تفسير تمرين "إلى أي مدى أنت مبدع؟"

- شخص متميز في الإبداع — من +٧١ إلى +١٠٠
- شخص مبدع جداً — من +٤١ إلى +٧٠
- شخص مبدع — من +١١ إلى +٤٠
- شخص متوسط الإبداع — من –٢٠ إلى +١٠
- شخص ضعيف الإبداع — من –٥٠ إلى –٢١
- شخص غير مبدع — من –٧٥ إلى –٥١
- شخص مقاوم للإبداع — من –٧٦ إلى –١٠٠

الإستراتيجيات الخمس لإدارة الإبداع

حتى تنجح أي مؤسسة في إدارة العملية الإبداعية لا بد لها أن تلتفت إلى خمس استراتيجيات وهي:

١- اعتبار الإبداع أحد الموارد الرئيسية التي ينبغي أن تدار من قبل الإدارة, وعدم ترك العملية الإبداعية للصدفة.

٢- ينبغي الاعتقاد بأن جميع الأفراد لهم القدرة على الإبداع.

٣- جعل الإبداع عملية واضحة وسهلة للأفراد, مع ضرورة إقناعهم بقدرتهم على الإبداع وتدريبهم على ذلك.

٤- توجيه العملية الإبداعية لتكون إحدى الحاجات الرئيسية والاستراتيجية للعمل.

٥- إحداث وصناعة بيئة ثقافية ترفع من مكانة وقيمة الإبداع في المؤسسة, وذلك من خلال تطبيق العملية الإبداعية بصورة جيدة, وكذلك مساواة المهارة الإبداعية بالمهارات الأخرى المطلوبة, واعتبار الإبداع أحد معايير جودة العمل وكفاءة الموظف, بالإضافة إلى توفير الحافز للمبدعين.

المراجع:

- قدرات وسمات الموهبين, خليل خمائيل معوض.
- التجديد والابتكار في العمل- دليل التمارين والحالات وورث العمل, سمارك, عمر براح.
- الطفولة والإبداع, الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربيـــة, شـــاكر سليمان.
- الحلول الابتكارية للمشكلات- أحمد عبادة.
- إدارة التفكير الإبداعي- نجيب الرفاعي.
- منظومة العقل البشري - رمزي الغنيمي.
- تعلم ابتكار الأفكار الرائعة - ألين باركر.
- المحافظة على التفكير المتوقد - د.لورانس كاتز.
- التفكير الواضح - هاي روتشليس.
- إمنح لنفسك فرصة - جوردن بايرن.
-Brain Builders - Richard Leviton.

لفهرس

الموضوع | **الصفحة**